

## Информация о группах риска заражения инфекцией COVID-19

Новый коронавирус не для всех одинаково опасен. В большинстве случаев инфекция протекает благоприятно и не представляет угрозы для жизни. Также повышенному риску развития тяжелых форм, по-видимому, не подвержены беременные и дети.

### Кто находится в зоне риска?

Тяжело заболеть или даже скончаться от инфекционного заболевания в большей мере рискуют:

- люди старшего возраста, примерно после 60 лет, причем в более позднем возрасте риск только возрастает,
- люди, страдающие такими заболеваниями как:
  - повышенное кровяное давление (артериальная гипертензия),
  - сахарный диабет,
  - заболевания легких, например, хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ),
  - онкологические заболевания (рак),
  - люди с иммунодефицитными состояниями,
  - или прочими медицински обоснованными особыми формами иммунодефицитных болезней.
- Особую опасность инфекция представляет для людей с каким-либо основным заболеванием.

## **Что я могу сделать, попав в группу риска?**

- НЕ соглашайтесь ухаживать за внуками.
- Сократите, насколько возможно, личные контакты, поддерживайте связь по телефону или подобным образом.
- Обязательно избегайте пользоваться общественным транспортом (в первую очередь, в часы пик).
- Избегайте больших скоплений людей.
- Откажитесь от поцелуев, объятий при встрече и подобных приветственных ритуалов.
- Держитесь на расстоянии от других людей.
- Для совершения покупок по возможности прибегните к посторонней помощи (обратитесь к родственникам, соседям).
- Проявляйте осторожность при общении с членами семьи и вашего домашнего хозяйства, которые активно контактируют с внешним миром.

## **Что я могу сделать, будучи здоровой/здоровым, чтобы помочь людям из группы риска?**

Даже если вы не входите в группу риска, особое значение имеет соблюдение правил гигиены. С учетом того, что заболевание не несет угрозы лично вам, вы в состоянии поддержать других людей в зоне риска только, сдерживая распространение инфекции.

- Откажитесь от близкого контакта при приветствии.
- Избегайте скоплений людей.
- Оставьте личные встречи с людьми из группы риска, например, посещения дома престарелых, только на случай действительной жизненной необходимости.
- Предлагайте свою помощь, например, с покупками, людям из группы риска в вашем ближайшем окружении — соседям, семье.
- Откажитесь от посещения медицинских учреждений.