

CINE SUNT ȘI CUM SĂ REDUCI RISCUL DE CONTAMINARE

- Cine are peste 60 de ani și persoanele care au boli cronice sau condiții de imunodepresie sunt cele mai expuse riscului de a dezvolta forme grave ale bolii.
- Persoanele cu afecțiuni neurologice sau dizabilități au dificultăți în a urma precauțiunile necesare pentru protejarea de contaminare, de aceea au un risc mai mare de a se îmbolnăvi.

DE ACEEA ESTE NECESARĂ O MAXIMĂ ATENȚIE CÂND LE ACORDĂM ASISTENȚA

DACĂ TE OCUPI DE O PERSOANĂ ÎN VÂRSTĂ:

- Liniștește-o și explică-i cu calm și într-un mod simplu motivul măsurilor restrictive
- Evită, pe cât posibil, să iasă sau să frecventeze locuri închise sau aglomerate
- Ajut-o să găsească bunurile de primă necesitate (alimente sau medicamente) cu livrare la domiciliu
- Nu trebuie să meargă la medic pentru rețete sau control de rutină, poate contacta medicul telefonic și folosi rețeta digitală
- Este bine să aibă o rezervă de 2 săptămâni din medicamentele folosite curent
- Ajut-o să mențină contactele cu prietenii și rudele prin telefon și internet
- Dacă nu este autosuficientă, respecta măsurile de igiena și de folosire a **DPI** : te vor proteja pe tine dar mai ales persoana de care te ocupi
- Preocupă-te să observi starea sa de sănătate: dacă observi schimbări suna imediat medicul

DACĂ TE OCUPI DE O PERSOANĂ CU IMUNODEFICIENȚA:

- Limitează ieșirile și vizitele
- Urmărește regulile de prevenție și igiena în mod scrupulos
- Programează vizitele și controalele medicale în așa fel încât să limitezi accesul în spital



DACĂ TE OCUPI DE O PERSOANĂ CU DIZABILITĂȚI SAU DISFUNȚII NEUROLOGICE:

- Schimbarea impusă de noile reguli ar putea-o destabiliza: explică-i cu calm și repetat motivele pentru care s-au luat, liniștind-o
- Menține, pe cât posibil, obiceiurile sale și impune o rutină zilnică
- Folosește note, desene sau video pentru a o face să înțeleagă noile reguli și măsuri de prevenție
- Monitorizează permanent starea sa de sănătate fiind atent la orice schimbare: dezorientarea ar putea fi un prim simptom de decompensare sau boala