



Folkhälsomyndigheten

كوفيد-19 والفئات المعرضة للخطر

الفئات المعرضة لخطر الإصابة بحالة مرضية خطيرة

يمكن أن يصاب بعض الأشخاص بحالة مرضية خطيرة إذا أصيبوا بعدوى كوفيد-19 (19-covid). فعلى سبيل المثال، قد يُصابوا بالالتهاب الرئوي ومشاكل في الجهاز التنفسي. وكلما كان الشخص أكبر سنًا، كلما كان خطر الإصابة بحالة مرضية خطيرة والوفاة أكبر. وإذا كان الشخص مصابًا بأمراض أخرى أيضًا، فإن الخطر يزداد أكثر من ذلك. ويُعد معدل خطر الإصابة بحالة مرضية خطيرة والوفاة لدى الرجال ضعف معدل الخطر لدى النساء.

الأشخاص الذين هم بسن 70 سنة أو أكبر

كلما كان عمر الشخص كبيرًا، كلما كان خطر الإصابة بحالة مرضية خطيرة بكوفيد-19 (19-covid) أكبر. قد تزيد الأمراض التالية من الخطر بشكل إضافي.

- زراعة الأعضاء.
- أمراض سرطان الدم الموجودة في الوقت الحالي والتي كانت موجودة في السابق.
- الأمراض العصبية (مثل مرض التصلب العصبي المتعدد، باركنسون، الوهن العضلي الوبيل).
- السمنة (يزداد الخطر مع زيادة درجة السمنة).
- مرض السكري (أقل خطرًا إذا كان يتم معالجته بشكل جيد).
- علاج السرطان الذي يتم الخضوع له في الوقت الحالي.
- أمراض الرئة المزمنة (بما في ذلك الربو، ولكن الخطر منخفض جدًا إذا كان يتم معالجته بشكل جيد).
- السكتة الدماغية / الخرف.
- أمراض أو علاجات أخرى مثبطة للمناعة.
- مرض الكبد.
- ضعف وظائف الكلى.
- أمراض القلب والأوعية الدموية.

الأشخاص الذين هم بسن أصغر من 70 عامًا

إذا كنت دون سن السبعين، فقد تكون أيضًا أكثر عرضة للإصابة بحالة مرضية خطيرة إذا كنت مُصابًا بـ:

- أي من الأمراض المذكورة أعلاه
- أي مرض آخر يزيد من خطر الإصابة بحالة مرضية خطيرة إذا أُصبت بعدوى في الشعب الهوائية.

الفئات التالية لا يتم احتسابها ضمن الفئات المعرضة للخطر

الأطفال

هناك خطر ضئيل للغاية من أن يُصبح الأطفال بحالة مرضية خطيرة، حتى الأطفال الذين لديهم أي من الحالات أو الأمراض التي تزيد من الخطر لدى البالغين وكبار السن.

المدخنون

إن التدخين يُزيد من خطر الإصابة بحالة مرضية خطيرة بسبب كوفيد-19 (19-covid). ونحن نعلم بالفعل أن تدخين التبغ يزيد من خطر ظهور أعراض خطيرة لالتهابات الجهاز التنفسي. [اقرأ المزيد تحت الأسئلة والأجوبة](#)

هكذا تبقى بصحة جيدة

إذا كنت تنتمي إلى إحدى الفئات المعرضة للخطر، يمكنك أن تطلب من طبيبك المشورة بشأن العلاج وما يمكنك القيام به للحد من خطر الإصابة بكوفيد-19 (19-covid).

ونحن ننصح الأشخاص الذين ينتمون إلى الفئات المعرضة للخطر:

- الحفاظ على مسافة فعلية بينهم وبين الأشخاص الآخرين الذين لا يعيشون معهم.
- الالتقاء بالآخرين في الهواء الطلق. يكون خطر الإصابة بالعدوى منخفضًا عند الالتقاء بالآخرين في الهواء الطلق، ولكن تأكد من الحفاظ على المسافة بينك وبين الآخرين.
- تجنب الأماكن التي يتجمع فيها الكثيرون، على سبيل المثال في المتاجر أو المقاهي.
- تجنب السفر بواسطة وسائل النقل العام، مثل الحافلات أو الترام أو المترو. استخدم السيارة الخاصة بك أو وسائل النقل التي يُمكنك فيها حجز مقعد.
- اطلب المساعدة لشراء الطعام، واستلام الأدوية، وفي الأمور الأخرى التي قد تتطلب اتصال وثيق مع أشخاص آخرين.
- داوم على غسل اليدين بالماء الدافئ والصابون، على الأقل لمدة 20 ثانية.