



Folkhälsomyndigheten

کویید - ۱۹ و گروه در معرض خطر

گروه در معرض خطر و بیماریهای جدی

بعضی از افراد می توانند به طور جدی بیمار شوند اگر آنها عفونت کویید - ۱۹ را بگیرند. آنها به طور مثال می توانند دچار سینه پهلو و دشواریهای تنفس شوند. هر چه سن بالاتر باشد ریسک بیشتری برای دچار بیماری جدی شدن و مرگ وجود دارد. اگر بیماری دیگری نیز دارید خطر بیشتر می شود. مردان تقریباً دو برابر زنان در معرض خطر بیماری و مرگ هستند.

شمایی که ۷۰ سال و بالاتر هستید

هر چه سن بالاتر داشته باشید ریسک بیشتری وجود دارد که دچار بیماری کویید - ۱۹ شوید. بیماریهای زیر می توانند افزایش ریسک را بیشتر کنند.

- پیوند عضو.
- بیماریهای سرطان خون، فعلی و قبلی.
- بیماریهای عصبی (مانند MS ، پارکینسون، میاستنی گراویس).
- چاقی (ریسک بالا با درجه افزایش از چاقی).
- دیابت (ریسک کمتر اگر به خوبی درمان شود).
- درمان فعلی سرطان.
- بیماریهای مزمن ریه (شامل آسم، ولی خیلی جزئی اگر به خوبی درمان شود).
- سکته مغزی / زوال عقل.
- سایر بیماریهای سرکوب کننده سیستم ایمنی یا درمان.
- بیماری کبد.
- اختلال عملکرد کلیه.
- بیماری قلب- و عروقی.

شمایی که جوان تر از ۷۰ سال هستید

شمایی که جوان تر از ۷۰ سال هستید امکان افزایش ریسک دچار بیماری جدی می باشید اگر شما دارید:

- یک یا چندین از بیماریهایی که در ذیل ذکر شده است
- بیماری دیگری که باعث افزایش ریسک دچار بیماری جدی می شود اگر شما عفونت در مجرای تنفس بگیریید.

گروههای زیر به عنوان گروه در معرض خطر محسوب نمی شوند.

کودکان

کودک یک ریسک خیلی کمی دارد که دچار بیماری جدی شود، حتی اگر آنها یکی از وضعیت ها یا بیماریهایی را داشته باشند که باعث افزایش ریسک برای بزرگسالان یا افراد سن بالا می باشد.

اشخاصی که سیگار می کشند.

سیگار کشیدن می تواند افزایش ریسک برای دچار بیماری سخت کووید - ۱۹ دهد. ما از قبل می دانیم که کشیدن تنباکو باعث افزایش ریسک علائم جدی در عفونت مجرای تنفس می باشد.

[بیشتر در زیر سوال و جواب بخوانید](#)

به این صورت شما خود را سالم نگه می دارید

اگر شما جزو گروه در معرض خطر هستید از دکتر خودتان می توانید برای راهنمایی در مورد درمان سوال کنید و اینکه چه کار می توانید برای کاهش ریسک بیمار شدن در کووید - ۱۹ انجام دهید.

ما به شمایی که جزو گروه در معرض خطر هستید توصیه می کنیم:

- یک فاصله بدنی با سایر آدمهایی که زندگی نمی کنید را حفظ کنید.
- بیرون از منزل معاشرت کنید.
- ریسک دچار سرایت شدن کمتر می باشد اگر بیرون از منزل معاشرت کنید، ولی به خاطر داشته باشید که فاصله خود را با دیگران حفظ کنید.
- از مکانهایی که تعداد زیادی تجمع می کنند را ممانعت کنید، بطور مثال در فروشگاهها یا کافه ها.

- از سفر یا تردد های همگانی ممانعت کنید، به طور مثال اتوبوس، واگن برقی یا مترو. با ماشین خودتان بروید یا وسایل نقلیه ای که شما می توانید مکان نشست را رزرو کنید.
- برای خرید غذا، بیرون آوردن دارو و کارهای دیگرتان که نیاز به تماس نزدیک با سایر افراد را دارید، درخواست کمک کنید.
- دستهایتان را مرتباً حداقل ۲۰ ثانیه با صابون و آب بشویید.