

Covid-19'da Yüksek Risk Altındaysanız Neler Yapabilirsiniz?

Hastalığa yakalanmak için yüksek risk altında mısınız?



Şu anda bildirilenlere dayanılarak, COVID-19 kaynaklı hastalığa yakalanma riski yüksek olanlar:

- 65 yaş ve üzeri kişiler
- Huzurevinde veya uzun süreli bakımevinde yaşayanlar

Alta yatan tıbbi rahatsızlıkları olan her yaşta insan, özellikle iyi kontrol edilmezse aşağıdaki durumlar da buna dahil olabilir:

- Kronik akciğer hastalığı olan veya orta ila şiddetli astımı olan insanlar
- Ciddi kalp rahatsızlıkları olan kişiler
- Bağışıklığı zayıflamış insanlar
 - Birçok durum bir kişinin bağışıklığının zayıflamasına neden olabilir; kanser tedavisi, sigara içme, kemik iliği veya organ nakli, bağışıklık yetersizlikleri, yetersiz kontrol edilen HIV veya AIDS ve kortikosteroidlerin veya diğer bağışıklığı baskılayan ilaçların uzun süreli kullanımı.
- Şiddetli obezitesi olan kişiler (vücut kitle indeksi [BKİ] 40 veya üstü)
- Diyabeti olan bireyler
- Diyaliz tedavisi gören kronik böbrek hastaları
- Karaciğer yetmezliği olan bireyler

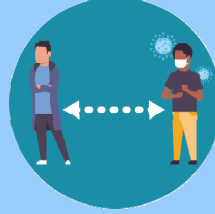
İşte Yapabilecekleriniz Kendinizi Koruyun



Mümkün olduğunca evde kalın.



Ellerinizi sık sık yıkayın.



Hasta kişilerle yakın temastan kaçının, yaklaşık iki kol boyu mesafe bırakın.



Sık dokunulan yüzeyleri temizleyin ve dezenfekte edin.



Zorunlu olmadıkça toplu taşıma araçlarını kullanmayın.

Eğer hastaysanız, sağlık profesyonelleriyle iletişime geçin. Kendinizi korumak adına atabileceğiniz adımlar hakkında daha fazla bilgi için, [CDC'nin internet sitesine başvurun](https://www.cdc.gov/coronavirus)



www.cdc.gov/coronavirus

Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞLU tarafından çevirilmiştir.

