

코로나바이러스 2019(COVID-19): 노인을 위한 지침

노인(60세 이상)이 COVID-19로부터의 더 심각한 합병증 발병 위험이 더 높을 수 있고 COVID-19로 인한 사망 위험이 더 높을 수 있습니다. 본 지침은 COVID-19에 감염될 위험을 감소시키기 위해 취할 수 있는 단계들을 제공합니다.

노인에 있어서의 징후 및 증상

COVID-19는 노인에 있어서 다양한 증상을 나타낼 수 있고 신속하게 진행될 수 있습니다. 증상을 경험할 경우 신속하게 의료 제공자에게 연락하는 것이 중요합니다.

- 노인에 있어서 조기 증상은 식욕 감퇴 또는 비정상적인 피로 등과 같이 구체적이지 않을 수 있습니다.
- 증상은 또한 다음을 포함할 수 있습니다: 발열 또는 오한, 기침, 숨가쁨 또는 호흡 곤란, 피로, 근육 또는 신체 통증, 두통, 새로운 미각 또는 후각 상실, 아픈 목구멍, 코 막힘 또는 콧물, 메스꺼움, 구토 또는 설사.

COVID-19을 방지할 수 있는 최상의 방법은 이 바이러스에 노출을 피하는 것입니다. 여기에 병에 걸릴 수 있는 위험을 감소시키기 위해 지금 취할 수 있는 일부 조치들이 있습니다.

- 가능할 경우 집에 머물면서 다른 사람과의 밀접한 접촉을 피합니다.
- 병이 난 사람을 멀리 합니다.
- 공공 장소로 나갈 필요가 있을 경우 항상 형겅 얼굴 가리개 또는 얼굴마스크를 착용합니다.
- 본인과 다른 사람 간에 공간을 둡니다(두 팔 정도의 길이인 6피트의 거리를 둡니다).
- 비누 및 물 또는 손 세정제로 손을 자주 세척하는데 특히 식사를 준비하거나 먹기 전, 화장실 사용 전 및 후 그리고 코를 풀거나 재채기를 하거나 기침을 한 후에 그렇게 합니다.
- 조리대, 탁자, 문 손잡이 및 문 핸들, 조명 스위치, 전화, 변기, 수도꼭지, 싱크와 같이 자주 만지는 표면을 세척 및 소독합니다.
- 정확하게 처방한 대로 의약품을 복용하는 데 특히 주의합니다.
- COVID-19 병에 걸려서 병에 걸린 동안 집에 머물어야 할 필요가 있을 경우를 대비해서 의약품의 90일 공급분 그리고 발열 감소 그리고 감기 및 독감과 유사한 증상을 치료하는 기타 일반의약품의 2-3주 공급분을 유지합니다.
- 질환, 의약품, 의료서비스 제공자 및 긴급 상황시 연락처를 요약한 문서를 준비하여 응급 치료가 필요할 경우에 대비해서 눈에 띄이는 곳에 보관합니다.
- COVID-19 때문에 일체의 기저 질환에 대한 치료를 연기하지 마십시오.
- 귀하의 질환에 대해서 우려사항이 있거나 병이 나고 COVID-19일 수 있다고 생각할 경우 귀하의 의료서비스 제공자에게 전화하십시오. 긴급한 도움이 필요할 경우, 911에 전화하십시오.

COVID-19에 대해서 더 잘 알게 됨에 따라 권장사항이 계속해서 업데이트될 것입니다. 정기적으로 <https://coronavirus.dc.gov/>를 방문해서 최신 정보를 얻으십시오.