

ZALECENIE

KOMISARZA DS. ZDROWIA I HIGIENY PSYCHICZNEJ MIASTA NOWY JORK

ZWAŻYWSZY, że w dniu 25 marca 2020 r., zgodnie z artykułem 3.01 Kodeksu zdrowia miasta Nowy Jork („Kodeks zdrowia”), ogłoszono w mieście stan zagrożenia dla zdrowia publicznego w związku z COVID-19, w przypadku którego niezbędne jest wydanie określonych zarządzeń i podjęcie określonych działań w celu ochrony zdrowia i bezpieczeństwa miasta Nowy Jork i jego mieszkańców;

ZWAŻYWSZY, że liczba przypadków zachorowań na COVID-19 i hospitalizacji w Nowym Jorku szybko wzrasta i uzasadnione jest podjęcie dodatkowych działań w celu ochrony zdrowia publicznego, ograniczenia wzrostu liczby przypadków i zachowania wydolności pracy szpitali;

ZWAŻYWSZY, że osoby starsze i osoby z określonymi chorobami współistniejącymi są bardziej narażone na ciężki przebieg COVID-19, co zwiększa ryzyko powikłań zdrowotnych, konieczności hospitalizacji i śmierci;

Komisarz ds. Zdrowia niniejszym wydaje zalecenia dla osób starszych (w szczególności w wieku 65 lat i starszych), osób z chorobami współistniejącymi, które narażają je na zwiększone ryzyko ciężkiego przebiegu COVID-19 oraz osób mieszkających z takimi osobami i ich opiekunów.

W ZWIĄZKU Z TYM NINIEJSZYM ZAWIADAMIA SIĘ, ŻE:

Aby chronić siebie, członków swojego gospodarstwa domowego i swoje społeczności przed rozprzestrzenianiem się COVID-19, niniejszym zaleca się ograniczenie aktywności poza domem, z wyjątkiem sytuacji opuszczania domu w celu dojazdu do pracy lub szkoły lub innych podstawowych celach, takich jak opieka medyczna, zakupy spożywcze lub wyjście do apteki.

Ponadto nowojorczy, szczególnie ci, których dotyczą niniejsze zalecenia, powinni, jeśli to możliwe, unikać przebywania w przestrzeni publicznej i zgromadzeń; zasłaniać usta i nos przez cały czas podczas przebywania w pomieszczeniach i na zewnątrz, w tym w pobliżu domowników, którzy mają objawy COVID-19, wiadomo, że byli narażeni na kontakt z osobą chorą na COVID-19 lub mają częste kontakty z innymi osobami; utrzymywać co najmniej 6 stóp (2 metry) odległości od innych osób przez cały czas przebywania poza domem; pozostać w domu, jeśli są chorzy, z wyjątkiem udania się po podstawową opiekę medyczną, w tym wykonania testu na COVID-19; przestrzegać zasad higieny rąk, to znaczy często myć ręce wodą z mydłem przez co najmniej 20 sekund oraz nie dotykać oczu, nosa i ust nieumyтыми rękami; i często czyścić często dotykane powierzchnie.

Ponadto, aby maksymalnie ograniczyć interakcje z innymi osobami, radzimy nie przyjmować w domu gości, z wyjątkiem niezbędnych opiekunów, oraz unikać podróżowania po Nowym Jorku i poza miasto.

Współistniejące choroby, które zwiększają ryzyko ciężkiego przebiegu choroby wywołanej przez COVID-19, obejmują nowotwór, choroby serca, takie jak niewydolność serca, choroba wieńcowa lub kardiomiopatie, przewlekłą chorobę nerek, cukrzycę typu 2, ciążę, niedokrwistość sierpowatą, otyłość, obniżoną odporność (osłabiony układ odpornościowy) na skutek przeszczepienia narządu litego, palenie tytoniu i przewlekłą obturacyjną chorobę płuc. Pełną listę schorzeń, które mogą zwiększać ryzyko ciężkiego przebiegu choroby, można znaleźć na [stronie internetowej CDC](#).

Należy nadal korzystać z rutynowej opieki medycznej w związku z przewlekłymi lub innymi schorzeniami oraz wykonywać wszystkie niezbędne szczepienia po konsultacji z lekarzem.

W przypadku wystąpienia objawów COVID-19 należy skontaktować się z lekarzem. W przypadku nagłej sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia należy zadzwonić pod 911.

Więcej informacji i wytycznych można znaleźć na stronie nyc.gov/health/coronavirus.