

# Коронавирусная инфекция у людей пожилого возраста. Неоценимая роль вакцинаципрофилактики.

У лиц старших возрастных групп риск развития серьезных осложнений и смерти в результате коронавирусной инфекции COVID-19 значительно выше, чем у людей молодого и среднего возраста, при равной вероятности контакта с новым вирусом.

Причины повышенной уязвимости людей пожилого и старческого возраста - наличие синдрома старческой астении, снижение физиологических резервов, общей сопротивляемости и устойчивости организма, наличие хронических заболеваний и множественных проблем со здоровьем.

Первостепенную важность имеют всесторонние усилия для предотвращения контакта пожилого человека с вирусом, а именно – соблюдение социальной дистанции и строгие гигиенические меры.

Запомните основные меры профилактики коронавирусной инфекции:

- ограничить посещения общественных мест и использования общественного транспорта без крайней необходимости;
- воздержаться от визитов к родственникам и друзьям, и наоборот - визитов родственников и друзей к пожилому человеку;
- обязательно поддерживать контакты с родственниками и друзьями с использованием современных средств связи;
- при необходимости выхода на улицу или нахождения в общественном месте использовать индивидуальные средства защиты носить маски, перчатки и соблюдать дистанцию не менее 2 метров от других людей;
- тщательно мыть руки с мылом (не менее 20 секунд), особенно после возвращения с улицы; использовать антисептики для рук, не трогать лицо руками;
- продолжение в домашних условиях физических упражнений, направленных на укрепление мышечной силы, выносливости и равновесия;

- полноценное питание с обязательным потреблением продуктов, содержащих белок;
- употребление теплого питья;
- организация безопасного быта;
- при появлении симптомов (повышение температуры, сухой кашель, затрудненное дыхание) вызывать врача на дом, но не идти в поликлинику на прием к врачу;
- обратиться в социальную службу за помощью при необходимости покупки продуктов питания и лекарств.

Организациям, в коллективах которых работают люди пожилого возраста, рекомендуется перевести сотрудников пожилого возраста на удаленную работу.

Коронавирусная инфекция у людей "серебряного возраста" может протекать симптомами, схожими с ОРВИ и гриппом. Также наблюдается и бессимптомное течение болезни, но у пожилых это редкость. Первые симптомы сложно заметить, и многие не обращают внимания на появление усталости, повышение температуры, сухой кашель. Лечение после 60 лет довольно трудно дается, поскольку иммунная система заметно ослаблена в связи с имеющимися хроническими заболеваниями. У людей старше 60 лет намного чаще развивается пневмония, бронхит, которые могут вызывать тяжелые осложнения.

У пациентов старческого возраста вполне возможна атипичная картина заболевания без лихорадки, кашля, одышки. Симптомы COVID-19 могут быть легкими и не соответствовать тяжести заболевания и серьезности прогноза. Атипичные симптомы COVID-19 у пациентов пожилого и старческого возраста включают делирий, падения, функциональное снижение, конъюнктивит. Могут наблюдаться бред, тахикардия или снижение артериального давления.

***Помните! При соблюдении мер профилактики последствий от воздействия коронавируса можно избежать.***

***Одним из основных средств профилактики является вакцинация от COVID 19.***

По мнению специалистов, вакцинироваться жизненно необходимо. Всем! За исключением тех, конечно, у кого есть индивидуальные противопоказания. Особенно о своём здоровье надо подумать пожилым людям. Риск тяжёлого течения коронавирусной инфекции у них наиболее велик. Однако даже лёгкая форма Covid-19 – удар по организму. У некоторых переболевших отмечается длинный «ковидный хвост» –

последствия после болезни. Помните, что коронавирус, даже если он пройдёт в нетяжелой форме, может привести к развитию осложнений хронических заболеваний. Более того, отказываться от прививки нет резона даже тем, кто уже перенёс Covid-19. Со временем количество антител уменьшается и возникает опасность повторного заражения. Рисковать точно не стоит: подстраховаться и обеспечить более мощный иммунитет однозначно нужно.

Всё это безусловно говорит в пользу вакцинации. Прививаясь, вы заботитесь не только о своём здоровье, но и о здоровье своих близких, с кем постоянно общаетесь и можете подвергнуть риску заражения.