

智力与发育残障人士、老年人和基础医学疾病人群 COVID-19 公共卫生建议

2021 年 7 月 12 日

根据疾病预防控制中心（CDC）的数据，包括智力障碍和发育残障者在内的残障人士、老年人和有基础医学疾病的人可能面临来自 COVID-19 的更高的严重疾病风险。可能会增加任何年龄的人罹患严重 COVID-19 风险的基础医学疾病：



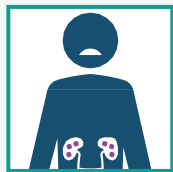
- 慢性肺病或中重度哮喘
- 严重心脏疾病
- 可能导致免疫功能低下的疾病，包括癌症治疗、吸烟、骨髓或器官移植、免疫缺陷、HIV 或 AIDS 控制不佳以及长期使用皮质类固醇和其他减弱免疫力的药物



- 重度肥胖（体重指数 [BMI] ≥ 40 ）
- 糖尿病
- 镰状细胞病



- 慢性肾病和透析患者
- 肝脏疾病



俄勒冈州卫生局（OHA）基于目前已知的 COVID-19 传播和严重程度制定本建议。本建议有助于告知包括有身体、智力障碍和发育残障在内的残障人士、有辅助和功能需求者以及做出决定的看护者相关信息，并保护他们的健康。

残障人士以及智力障碍和发育残障者 (ID/DD)

包括身体、智力障碍和发育残障在内的残障人士面临 COVID-19 和不良健康结局的更高风险，这是因为：

- **其他医学状况的风险较高。** 包括身体、智力障碍和发育残障在内的成年残障人士患心脏病、卒中、糖尿病或癌症的可能性是非残疾成年人的三倍。智力和发育障碍 (ID/DD) 者中，导致免疫系统功能障碍的遗传疾病、进食相关问题引起的肺炎、肥胖症以及其他影响心脏和肺部疾病的风险更高。这些医学状况会增加 COVID-19 导致重度疾病的风险。
- **减少对医学和支持服务的获取。** 身体、智力和发育残障人士在医院和诊所获得面对面护理时面临挑战。远程医疗服务可以减少交通障碍，但可能带来其他挑战，例如获得高速互联网、为有沟通需求（例如，聋人或盲人）或 ID/DD 者提供无障碍服务，以及前往其他支持服务的交通。
- **残障人士在共享生活空间中的比例更高，** 包括辅助生活、集体护理场所和与大家庭成员一起生活。身体残障或 ID/DD 者中，很大一部分依赖于面对面看护者的支持，这可能使诸如物理疏离等风险缓解策略更具挑战性。
- 俄勒冈州卫生局 (OHA) 的检测指南将残障人士归为一组，无论他们是否出现症状或接触，均可提供 COVID-19 检测。

https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2267_R.pdf

参考文献：

1. 残障人士，疾病控制和预防中心。 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-disabilities.html>。于 2020 年 10 月 21 日访问。
2. 患有某些疾病的人，疾病控制和预防中心。 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html>。于 2020 年 10 月 21 日访问。
3. Constantino JN, Mustafa S, Piven J, Rodgers R, Tschida J. COVID-19 对智力和发育残障人士的影响：临床和科学重点。美国精神病学杂志：致编辑信。2020 年 8 月 28 日
4. Matson, Johnny & Matson, Michael。(2015 年)。智力障碍者的合并症。10.1007/978-3-319-15437-4。
5. Castilho L, Lages F, Ferreira R, Oliveira A, Vilaca D, Diniz I. 发育障碍患者的呼吸问题和 COVID-19。牙科特别护理：致编辑信。2020 年 8 月 3 日。
6. Alexander R, Ravi A, Barclay H, Sawhney I, Chester V, Malcolm V, Brolly K, Mukherji K, Zia A, Tharian R, Howell A, Lane T, Cooper V, Langdon P. 智力障碍人士治疗和管理 COVID-19 的指南。智力障碍人士政策与实践杂志。doi: 10.1111/jppi.12352
7. Annaswamy T, Verduzco-Gutierrez M, Frieden L. 残障人士的远程医疗障碍和挑战：Covid-19 及更多。残疾与健康杂志：评论。新闻稿。

保持身心健康

如果您采取措施保护自己，老年人和有基础医学疾病的人就可以保持安全和健康。

除了采取日常预防措施，

避免以下活动：



公共集会



靠近生病的人



游轮旅游



进行非基本旅行

在不确定的时候，您可能会感到更焦虑。由于日常人类互动的减少，物理疏离会产生或加剧心理健康问题。与他人保持联系是至关重要的。如果可能，您可以使用交互式技术（例如电话和视频聊天）保持联系。

如果您需要非紧急帮助：

- 使用灾难求助专线（Disaster Distress Hotline）：

1-800-985-5990

发送 TalkWithUs 到 66746

TTY 1-800-846-8517

TTY 拨 711

西班牙文

1-800-985-5990，然后按“2”

发送短信 Hablanos 至 66746

- 拨打 211 获取 COVID-19 信息，包括当地心理健康资源。211info 还提供了关于满足基本需要（如粮食、住房、保健等）的方案的信息，在所有县都可获得。

» 您也可以将您的邮政编码发送到 898211。

» 口译员可通过电话提供语言服务。

文本和电子邮件有英文和西班牙文两种版本。

» TTY 拨 711。

» 转至 <https://www.211info.org/contact>。

- 致电当地心理健康支持。

以下是俄勒冈州各县的精神卫生服务列表：

www.oregon.gov/oha/HSD/AMH/Pages/CMH-Programs.aspx。



在紧急情况下记得拨打 911。

如果您感觉不适该怎么办

COVID-19 的主要症状是：



发热



咳嗽



呼吸短促

如果您认为您感染了，**呼叫**您的健康护理提供者或[当地卫生部门](#)。他们可以帮助您：

- 确定您是否需要约诊，以及
- 计划在不会传播病毒的情况下进入诊所。

如果您没有医生：



- 拨打 211 获取您附近的诊所列表，或
- 致电您当地的紧急护理中心进行预约。



您的健康护理提供者将确定您是否需要检测。

如果您是老年人，并且您有任何健康问题，请联系您的健康护理提供者。

如果您认为暴露于 COVID-19，该怎么办

如果您认为您暴露于 COVID-19，并且您出现了它的症状，远离其他人，这样您就不会感染他们。致电您的医生或诊所寻求指导。

紧急情况下怎么办

如果是紧急情况或您的症状严重（例如呼吸困难），请拨打 911。

如果可以，请告诉 911 和医院任何已知发生 COVID-19 暴露的人。

有关 COVID-19 检测依据的更多详细信息，请访问

每天需要采取的措施

每个人都应该遵循这些日常步骤，以防止所有呼吸系统疾病的传播：

- 经常用肥皂和温水洗手至少 20 秒。如果不可用，请使用酒精含量为 60 - 95% 的净手液。
- 咳嗽和打喷嚏时用肘部或纸巾遮挡。如果使用纸巾，请扔掉纸巾并立即洗手。
- 请勿触摸您的脸。
- 与不和您住一起的人保持至少六英尺的距离。
- 如果外出，请戴上布制、纸制或一次性面罩。
- 清洁和消毒您经常接触的物体和表面。
- 经常清洁医疗用品和设备，并按产品状态使用。



自我准备和看护者准备

您和您的看护者现在可以采取措​​施减缓呼吸道传染病的传播。这包括 COVID-19。花时间审查和更新您的个人应急计划。这可能包括以下内容：

- 了解您服用的药物并至少保留两周的供应。您可以通过与您的初级健康护理提供者或保险公司联系来做到这一点。一些保险公司，如 Medicaid 按服务收费，放宽了再续药限度。阅读更多内容，请前往 <https://dfr.oregon.gov/insure/health/understand/Pages/coronavirus.aspx>。
- 储备其他医疗用品和不易腐烂的食品，以尽量减少去商店的次数。在线购物是减少或消除前往商店的另一种方式。
- 限制与住所外家庭成员的聚会，以保护自己。其中包括拥挤的环境，例如不必要的航空旅行和当地大型家庭聚会。
- 安排备用看护者和交通。
- 了解一些重要电话。
 - » 任何健康护理提供者者和健康计划的全天候健康热线
 - » 专业健康护理提供者
 - » 支持服务电话：
 - 社区组织
 - 运输供应商
 - 健康计划
 - 护理协调员
 - 护士热线
 - 远程医疗服务
 - » 食品、药品和供应品的交付。

- 与定期家访的服务提供者制定计划，以尽量减少暴露，例如：

- » 个人助理
- » 服务人员
- » 家庭健康人员
- » 临终关怀人员
- » 独立生活辅导员。



- 了解您每天或定期过去的设施的应急计划，例如：

- » 透析中心
- » 血液治疗中心
- » 化疗中心
- » 其他输液治疗地点。



如果您想前往从而讨论如何保护自己，再去之前先打电话。

家庭和家中护理

国家对家中护理和居住环境（设施或集体住宅）的指导和政策会随着大流行病的进展而不断发展和变化。如果您所爱的人住在护理机构，请执行以下操作：

- 经常询问住在里面人的健康情况。
- 遵守访客限制。
- 如果那里出现疫情，了解该机构的方案。

指南

俄勒冈州公共服务部和俄勒冈州卫生局的指南可通过以下链接获得：

发育障碍服务办公室

<https://www.oregon.gov/dhs/SENIORS-DISABILITIES/DD/Pages/COVID19-Info-for-DD-Residential-Settings.aspx>

COVID-19 资源

- 美国疾病预防控制中心的 COVID-19 网站：
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>
- 俄勒冈州卫生局的 COVID-19 网站：
<http://healthoregon.org/coronavirus>
- 当地公共卫生部门目录：www.healthoregon.org/lhddirectory
- DHS COVID-19 网页：<https://www.oregon.gov/DHS/COVID-19/Pages/Home.aspx>
- DHS ODDS COVID-19 网页：<https://www.oregon.gov/DHS/SENIORS-DISABILITIES/DD/Pages/ODDS-COVID-19-Information.aspx>

ODDS 网页上的资源包括：

- » 病例管理员信息
- » 提供者信息
- » 一般公告，包括解释 COVID-19 的简单视频
<https://www.youtube.com/watch?v=MJ8eeC-tVD4&feature=youtu.be>
- » 注册获取电子邮件更新
- 社区生活管理 (ACL) <https://acl.gov/COVID-19>
- 州长办公室 COVID-19 网页 <https://www.oregon.gov/gov/pages/index.aspx>

对于 SEIU 503 成员

- 了解 SEIU 能为其成员做什么：
https://seiu503.org/member_news/coronavirus-resources-for-seiu-members/

对于聋人和听力障碍者

- COVID-19 资源：<https://www.amphl.org/blog/2020/3/15/covid-19-resource-list>

简明语言手册

- 由自我倡导资源和技术援助中心 (SARTAC) 开发的冠状病毒简明手册：
 - » <https://selfadvocacyinfo.org/wp-content/uploads/2020/03/Plain-Language-Information-on-Coronavirus.pdf>
 - » 西班牙语：<https://selfadvocacyinfo.org/resource/plain-language-information-on-covid-19-spanish-version/>

对于有特殊医疗保健需求的儿童和青年家庭

- 父母和看护者帮助家庭应对 COVID-19 的指南：
<https://www.nctsn.org/resources/parent-caregiver-guide-to-helping-families-cope-with-the-coronavirus-disease-2019>
- NW 残疾人支持 NWDSA/ABI 为与残疾人一起生活的人提供 [COVID-19 相关的资源](#)、残疾能力支持、无障碍资源和材料、培训、一般信息、视频以及州和联邦资源的链接。他们提供双语支持，包括西班牙语的资源、培训和信息。

英语主线 503-238-0522

对于老年人和慢性健康疾病人群

- 老年人和慢性健康疾病人群关于 COVID-19 的常见问题和答案：
<https://acl.gov/sites/default/files/common/AOA%20-%20Alliance%20for%20Aging%20Rsch%20-%20Nat%20Fdn%20for%20ID%20-%203-12-20.pdf>

对于 HIV 感染者

- 常见问题：冠状病毒（COVID-19）和 HIV：
 - » <https://www.oregon.gov/oha/PH/DISEASESCONDITIONS/HIVSTDVIRALHEPATITIS/HIVCARETREATMENT/CAREASSIST/Documents/FAQ-covid-19-and-hiv.pdf>
 - » 西班牙语：
<https://www.oregon.gov/oha/PH/DISEASESCONDITIONS/HIVSTDVIRALHEPATITIS/HIVCARETREATMENT/CAREASSIST/Documents/FAQ-covid-19-and-hiv%20SP.pdf>

美国残障人士法案（ADA）

- 关于 ADA、康复法案和 COVID-19 的问答：
<https://content.govdelivery.com/accounts/USEEOC/bulletins/281dd9d>
- 关于 COVID-19 的 ADA 相关和访问相关主题的问题和担忧：
 - » 西北 ADA 中心（Northwest ADA Center）
 - ADA 热线：1-800-949-4232
 - nwadactr@uw.edu

食物支持

- 俄勒冈州食品银行地点： <https://www.oregonfoodbank.org/find-help/find-food/>
- 在 COVID-19 疫情关闭期间在俄勒冈州哪里可以获取学校餐饮：
<https://www.oregon.gov/ode/students-and-family/healthsafety/Pages/COVID-19-Food-Resources.aspx>
- 补充营养援助计划 (SNAP)
 - » 致电或通过电子邮件发送至 DHS 办公室以访问应用程序。在以下网址找到您当地的办公室：<https://www.oregon.gov/DHS/Offices/Pages/Self-Sufficiency.aspx>
 - » 您也可以在线申请 <https://apps.state.or.us/onlineApplication/>。
- 俄勒冈州的老龄化和残疾资源连接 (ADRC)： <https://www.adrcforegon.org/consite/index.php>

问题评论和关注

您可以将关于本指南或 COVID-19 和残障人士的问题、评论和担忧发送至 oregon.masscare@dhsaha.state.or.us。

您可以向州长办公室的宪法服务部（电话：503-378-4582）发送关于州长 Kate Brown 发布的 COVID-19 相关国家政策的评论或担忧。您也可以使用在线表格进行提交。请前往：<https://www.oregon.gov/gov/pages/request-assistance.aspx>。

致谢

感谢加州州长紧急服务办公室分享他们的指导。

俄勒冈州残疾应急管理咨询委员会 (DEMAC) 在本指南制定过程中提供了大量信息。感谢您！