

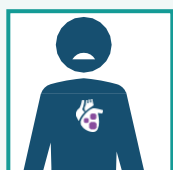
## Рекомендации управления общественного здравоохранения по противодействию COVID-19 для людей с нарушениями интеллектуальных функций и развития, пожилых людей и людей с сопутствующими заболеваниями

**12 июля 2021 г.**

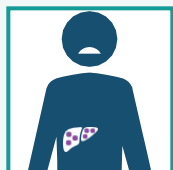
По данным Центров по контролю и профилактике заболеваний (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), люди с ограниченными возможностями, в том числе люди с нарушениями интеллектуальных функций и развития, пожилые люди и люди с сопутствующими заболеваниями могут относиться к группе людей с более высоким риском протекания вызванного COVID-19 заболевания в тяжелой форме. К сопутствующим заболеваниям, которые могут повысить риск серьезных осложнений COVID-19 у людей любого возраста, относятся:



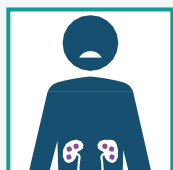
- Хроническое заболевание легких или астма от средней до тяжелой степени тяжести
- Серьезные проблемы с сердцем
- Медицинские состояния, которые могут ослабить иммунитет человека, включая лечение рака, курение, трансплантацию костного мозга или органов, иммунодефицит, плохо контролируемый ВИЧ или СПИД и длительное использование кортикостероидов и других средств, ослабляющих иммунную систему



- Тяжелая форма ожирения (индекс массы тела [ИМТ] 40 и выше)
- Сахарный диабет



- Серповидно-клеточная болезнь
- Хроническая болезнь почек и лица, которые находятся на диализе
- Заболевания печени



Управление здравоохранения штата Орегон (Oregon Health Authority, ОНА) основывает рекомендации на том, что известно в настоящее время о передаче и тяжести COVID-19. Эти рекомендации помогут лицам с инвалидностью, в том числе людям с нарушениями интеллектуальных функций и развития, людям с двигательными и функциональными ограничениями и лицам, осуществляющим уход, принимать правильные решения и сохранить здоровье.

## Лица с инвалидностью и лица с нарушениями интеллектуальных функций и развития (ID/DD)

Люди с нарушениями физических, интеллектуальных функций и развития относятся к группе более высокого риска заражения COVID-19 и неблагоприятным последствиям для здоровья вследствие следующего:

- **Выше риск других заболеваний.** Взрослые с инвалидностью, в том числе с нарушениями физических, интеллектуальных функций и развития в три раза больше подвержены заболеваниям сердца, инсультам, диабету или раку, чем взрослые без инвалидности. Лицам с нарушениями интеллектуальных функций и развития (ID/DD) могут угрожать генетические заболевания, вызывающие дисфункцию иммунной системы, пневмонию в связи с проблемами, связанными с кормлением, ожирение и другие заболевания, влияющие на сердце и легкие. Эти заболевания повышают риск серьезных осложнений от COVID-19.
- **Сложность доступа к медицинским услугам и услугам сопровождения.** Лицам с нарушениями физических, интеллектуальных функций и развития сложнее получить персональный уход в больницах и клиниках. Услуги телемедицины могут снять транспортные барьеры, но связаны с другими проблемами, например, с организацией доступа к высокоскоростному Интернету, дополнительными службами для, например, глухих или слепых, а также лиц с нарушениями развития и интеллектуальных функций, а также могут быть сложности с транспортировкой для предоставления других вспомогательных услуг.
- **Большее количество лиц с инвалидностью проживают в замкнутом пространстве, включая дома для людей с инвалидностью, учреждения совместного проживания и проживание с дальними родственниками.** Большинству лиц с физическими нарушениями и нарушениями развития и интеллектуальных функций нужен личный уход, что делает маловероятным физическое дистанцирование.
- Руководство ОНА по тестированию определяет лиц с инвалидностями как группу, которая может проходить тестирование на COVID-19 вне зависимости от наличия симптомов или контактов с зараженными. [https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2267\\_R.pdf](https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2267_R.pdf)

### Ссылки

1. Лица с инвалидностями; Центры контроля и профилактики заболеваний (Centers for Disease Control and Prevention). <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-disabilities.html>. Доступ 21 октября 2020 г.
2. Лица с определенными заболеваниями; Центры контроля и профилактики заболеваний (Centers for Disease Control and Prevention). <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html>. Доступ 21 октября 2020 г.
3. Constantino JN, Mustafa S, Piven J, Rodgers R, Tschida J. The Impact of COVID-19 on Individuals With Intellectual and Developmental Disabilities: Clinical and Scientific Priorities. («Влияние COVID-19 на лиц с нарушениями развития и интеллектуальных функций: клинические и научные приоритеты»). Американский журнал психиатрии. Письма редактору. 28 августа 2020 г.
4. Matson, Johnny & Matson, Michael. (2015). Comorbid Conditions in Individuals with Intellectual Disabilities. («Сопутствующие заболевания у лиц с интеллектуальными нарушениями»). 10.1007/978-3-319-15437-4.

5. Castilho L, Lages F, Ferreira R, Oliveira A, Vilaca D, Diniz I. Breathing problems and COVID-19 in patients with developmental disabilities. («Проблемы с дыханием и COVID-19 у пациентов с особенностями развития») Особый уход в зубоврачебной практике. Письма редактору. 3 августа 2020 г.
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. Guidance for the Treatment and Management of COVID-19 Among People with Intellectual Disabilities. («Руководство по лечению и контролю COVID-19 среди лиц с интеллектуальными нарушениями») Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities. doi: 10.1111/jppi.12352
7. Annaswamy T, Verduzco-Gutierrez M, Frieden L. Telemedicine barriers and challenges for persons with disabilities: Covid-19 and beyond. («Проблемы и преграды, с которыми сталкиваются лица с инвалидностью в сфере телемедицины: Covid-19 и не только») Disability and Health Journal: Commentary. Статья в печати.

## Сохранение физического и психического здоровья

Пожилые люди и люди с сопутствующими заболеваниями могут оставаться в безопасности и здоровыми, если принимают меры, чтобы защитить себя.

Помимо повседневных мер предосторожности,

**избегайте:**



**Скопления людей**



**Заболевших людей**



**Круизных лайнеров**



**Поездки не первой необходимости**

Вы можете испытывать более сильное чувство тревоги во время неопределенности. Физическое дистанцирование может создавать или усиливать проблемы психологического характера в связи со снижением ежедневного взаимодействия с людьми. Важно поддерживать связь с окружающими. При возможности используйте интерактивные технологии, например, телефон и видеочаты, чтобы быть на связи.

**Если Вам нужна неэкстренная помощь:**

- Позвоните на горячую линию **Disaster Distress Hotline:**

1-800-985-5990

Отправьте сообщение TalkWithUs на номер 66746

TTY 1-800-846-8517

TTY наберите 711

**Испанский**

1-800-985-5990, затем нажмите «2»

SMS Hablanos на номер 66746

- Позвоните по телефону 211 для получения информации о COVID-19, включая местные ресурсы в сфере психического здоровья. 211info также содержит информацию о программах удовлетворения основных потребностей, таких, как питание, жилье,

здравоохранение и многое другое, которые доступны во всех округах.

» Вы также можете отправить в сообщении свой почтовый индекс на номер 898211.

» *Языковые переводчики доступны по телефону.*

*Текстовые сообщения и электронная почта доступны на английском и испанском языках.*

» ТТУ наберите 711.

»Посетите сайт <https://www.211info.org/contact>.

- Обратиться за поддержкой в местные центры психического здоровья. Далее приведен список центров психологической помощи по округам штата Орегон <http://www.oregon.gov/oha/HSD/AMH/Pages/CMH-Programs.aspx>.



**В экстренной ситуации всегда звоните по номеру 911.**

## Что делать, если Вы плохо себя чувствуете

**Основными симптомами COVID-19 являются:**



**Повышенная температура**



**Кашель**



**Затрудненное дыхание**

**Позвоните** своему лечащему врачу или в [местный департамент здравоохранения](#), если Вы считаете, что заболели. Они могут помочь Вам:

- Решить, необходимо ли Вам приходить на прием к врачу, и
- Запланировать визит в клинику без распространения вируса.

Если у Вас нет врача:



- Позвоните по телефону 211, чтобы получить список близлежащих клиник, или
- Позвоните в местный центр неотложной помощи, чтобы записаться на прием.



**Ваш врач определит, нужно ли Вам делать тест.**

Если Вы – пожилой человек, и у Вас есть какие-либо проблемы со здоровьем, позвоните своему врачу.

# Что делать, если Вы думаете, что заразились COVID-19

Если Вы считаете, что заразились COVID-19, и у Вас наблюдаются его симптомы, держитесь подальше от других людей, чтобы не заразить их. Обратитесь за инструкциями к своему врачу или в клинику.

## Что делать в экстренной ситуации

Если у Вас экстренная ситуация или тяжелые симптомы (например, проблемы с дыханием), позвоните по телефону 911.

Если Вы в состоянии, расскажите оператору службы 911 и сотруднику больницы о любом известном контакте с человеком, больным COVID-19.

Подробнее об основах тестирования на COVID-19 см. на сайте <https://govstatus.egov.com/or-oha-covid-19-testing>.

## Повседневные действия, которые необходимо выполнять

Каждый человек должен выполнять эти повседневные шаги, чтобы предотвратить распространение всех респираторных заболеваний:

- Часто мойте руки с мылом и водой в течение не менее 20 секунд. Если это невозможно, используйте обеззараживающее средство с содержанием спирта 60-95%.
- Прикрывайте рот при кашле/чихании локтем или салфеткой. При использовании салфетки сразу же выбросьте ее и вымойте руки.
- Не прикасайтесь к лицу.
- Соблюдайте дистанцию минимум в 6 футов от людей, с которыми Вы не живете вместе.
- Носите тканевую, бумажную или одноразовую маску для лица, выходя из дома.
- Мойте и дезинфицируйте предметы и поверхности, к которым часто прикасаетесь.
- Часто мойте медицинские принадлежности и оборудование и используйте согласно описанию продукта.



## Самостоятельная подготовка и подготовка лица, осуществляющего уход

Вы и лицо, осуществляющее за Вами уход, можете принять меры, чтобы замедлить распространение респираторных инфекционных заболеваний. Это касается и COVID-19. Не торопясь, просмотрите и обновите свой личный план действий в экстренных ситуациях. Он может включать следующее:

- Знайте, какие лекарственные препараты Вы принимаете, и имейте запас хотя бы на две недели. Вы можете сделать это, поговорив с Вашим лечащим врачом или страховой компанией. Некоторые страховые компании, например, программа «Медикэр», смягчили правила пополнения запасов. Более подробную информацию Вы можете прочитать на сайте <https://dfr.oregon.gov/insure/health/understand/Pages/coronavirus.aspx>
- Сделайте запас других медицинских принадлежностей и нескорпортящихся продуктов питания, чтобы свести к минимуму походы в магазин. Еще один способ уменьшить или отказаться от походов в магазин — покупки в Интернете.
- Ограничьте собрания с членами семьи, которые не проживают вместе с Вами, чтобы защитить себя. Также избегайте скоплений людей, например, авиаперелетов и семейных собраний, если в этом нет острой необходимости.
- Организуйте запасного человека, который будет за Вами ухаживать, и транспорт.
- Имейте под рукой важные номера телефонов.
  - » Любые круглосуточные медицинские службы и планы в области здравоохранения
  - » Специализированные медицинские учреждения
  - » Номера телефона службы поддержки:
    - Общественные организации
    - Поставщики транспортных услуг
    - Планы в области здравоохранения
    - Координаторы по медицинскому уходу
    - Горячие линии медсестры
    - Телемедицинское обслуживание
  - » Доставка продуктов питания, медикаментов и расходных материалов.

- Разработка планов с поставщиками услуг, которые регулярно посещают дом, для минимизации воздействия, например:

- » Личный помощник
- » Услуги приходящего работника
- » Агентство по уходу на дому
- » Хоспис
- » Консультанты по независимому проживанию



- Понимание планов действий в экстренных ситуациях учреждений, которые Вы посещаете ежедневно или регулярно, например:

- » Центры гемодиализа
- » Центры лечения заболеваний крови
- » Отделения химиотерапии
- » Другие центры инфузионной терапии.



Позвоните, прежде чем идти, чтобы обсудить, как Вы можете защитить себя.

## Уход в специализированных учреждениях и уход на дому

По мере распространения пандемии продолжают развиваться и меняться государственные рекомендации и правила в отношении ухода на дому и в специализированных учреждениях (учреждениях или интернатах). Если Ваш любимый человек живет в учреждении проживания с уходом, сделайте следующее:

- Часто спрашивайте о состоянии здоровья проживающих в учреждении людей.
- Соблюдайте правила посещения.
- Знайте протокол действий учреждения в случае вспышки инфекции.

## Инструкции

Руководство Управления социального обеспечения и Управления здравоохранения штата Орегон представлено по следующим ссылкам:

**Бюро услуг для людей с нарушениями развития (Office of Developmental Disabilities Services, ODDS)**

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



## Другие информационные ресурсы о COVID-19

- Сайт Центра по контролю и профилактике заболеваний, страница о COVID-19: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>
- Сайт Управления здравоохранения штата Орегон, страница о COVID-19: <http://healthoregon.org/coronavirus>
- Каталог местных отделов органов общественного здравоохранения: [www.healthoregon.org/lhddirectory](http://www.healthoregon.org/lhddirectory)
- Веб-страница DHS с информацией о COVID-19: <https://www.oregon.gov/DHS/COVID-19/Pages/Home.aspx>
- Веб-страница DHS ODDS с информацией о COVID-19: <https://www.oregon.gov/DHS/SENIORS-DISABILITIES/DD/Pages/ODDS-COVID-19-Information.aspx>

Ресурсы на веб-странице ODDS включают:

- » Информацию о случаях
- » Информацию о поставщике услуг
- » Общие публичные уведомления, в том числе простое видео, объясняющее COVID-19 <https://www.youtube.com/watch?v=MJ8eeC-tVD4&feature=youtu.be>
- » Подписку на рассылку по эл. почте.
- Администрирование людей, живущих у себя дома (Administration for Community Living, ACL) <https://acl.gov/COVID-19>
- Веб-страница о COVID-19 Офиса губернатора <https://www.oregon.gov/gov/pages/index.aspx>

## Для 503 членов SEIU

- Узнайте, что SEIU делает для своих членов на этом сайте: [https://seiu503.org/member\\_news/coronavirus-resources-for-seiu-members/](https://seiu503.org/member_news/coronavirus-resources-for-seiu-members/)

## Для глухих и людей с нарушениями слуха

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

## Буклет на доступном языке

- Брошюра на простом языке по коронавирусу, разработанная Центром ресурсов по самоадвокации и технической помощи (Self Advocacy Resource and Technical Assistance Center, SARTAC):
  - » <https://selfadvocacyinfo.org/wp-content/uploads/2020/03/Plain-Language-Information-on-Coronavirus.pdf>
  - » На испанском языке: <https://selfadvocacyinfo.org/resource/plain-language-information-on-covid-19-spanish-version/>



## Для семей с детьми и молодежи с особыми потребностями в области здравоохранения

- Руководство для лица, осуществляющего уход по оказанию помощи семьям в борьбе с COVID-19: <https://www.nctsn.org/resources/parent-caregiver-guide-to-helping-families-cope-with-the-coronavirus-disease-2019>
- NW Disability Support NWDSA/ABI предлагает [материалы, связанные с COVID-19](#), для людей с ограниченными возможностями, поддержку компетентных специалистов, доступные ресурсы и материалы, курсы обучения, информацию общего характера, видео и ссылки на ресурсы штата и федеральные ресурсы. Эта организация предлагает двуязычную поддержку, которая включает в себя ресурсы, курсы обучения и информацию на испанском языке.

Главная линия на английском языке 503-238-0522

## Для пожилых людей и людей с хроническими заболеваниями

- Общие вопросы и ответы о COVID-19 для пожилых людей и людей с хроническими заболеваниями:  
<https://acl.gov/sites/default/files/common/AOA%20-%20Alliance%20for%20Aging%20Rsch%20-%20Natl%20Fdn%20for%20ID%20-%20203-12-20.pdf>

## Для людей с ВИЧ

- Часто задаваемые вопросы: Коронавирус (COVID-19) и ВИЧ:  
» <https://www.oregon.gov/oha/PH/DISEASES/CONDITIONS/HIVSTDVIRALHEPATITIS/HIVCARETREATMENT/CAREASSIST/Documents/FAQ-covid-19-and-hiv.pdf>  
» На испанском языке:  
<https://www.oregon.gov/oha/PH/DISEASES/CONDITIONS/HIVSTDVIRALHEPATITIS/HIVCARETREATMENT/CAREASSIST/Documents/FAQ-covid-19-and-hiv%20SP.pdf>

## Закон о защите прав граждан США с ограниченными возможностями (Americans with Disabilities Act, ADA)

- Вопросы и ответы по ADA, Закону о реабилитации и COVID-19:  
<https://content.govdelivery.com/accounts/USEEOC/bulletins/281dd9d>
- В отношении вопросов и проблем, связанных с ADA, а также по вопросам доступа к темам, касающимся COVID-19:
  - » Северо-западный центр ADA
    - Горячая линия ADA: 1-800-949-4232
    - [nwadactr@uw.edu](mailto:nwadactr@uw.edu)

## Помощь с продуктами питания

- Места расположения продовольственного банка штата Орегон: <https://www.oregonfoodbank.org/find-help/find-food/>
- Как получить школьные обеды при закрытии школ на период COVID-19: <https://www.oregon.gov/ode/students-and-family/healthsafety/Pages/COVID-19-Food-Resources.aspx>
- Американская программа льготной покупки продуктов (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP)
  - » Позвоните или напишите офис DHS для получения доступа к приложению. Найдите свой местный офис на сайте <https://www.oregon.gov/DHS/Offices/Pages/Self-Sufficiency.aspx>
  - » Вы также можете подать заявку в Интернете на сайте <https://apps.state.or.us/onlineApplication/>.
- Центр ресурсов по проблемам старения и инвалидности (Aging and Disability Resource Connection, ADRC) в штате Орегон: <https://www.adrcforegon.org/consite/index.php>

## Вопросы, комментарии и опасения

Вы можете отправить вопросы, комментарии и опасения по поводу этого руководства или по поводу COVID-19 и людей с ограниченными возможностями на адрес эл. почты [oregon.masscare@dhsosha.state.or.us](mailto:oregon.masscare@dhsosha.state.or.us).

Комментарии или опасения по поводу правил штата относительно COVID-19, опубликованных губернатором Кейт Браун, можно направить в «Службу для избирателей» в офисе губернатора по телефону 503-378-4582. Для их представления Вы также можете использовать онлайн-форму. Зайдите на сайт: <https://www.oregon.gov/gov/pages/request-assistance.aspx>.

## Выражение признательности

С благодарностью Управлению по чрезвычайным ситуациям губернатора Калифорнии за то, что он поделился своими рекомендациями.

Значительный вклад в это руководство внес Консультативный совет по экстренной помощи людям с ограниченными возможностями (Disability Emergency Management Advisory Council, DEMAC) штата Орегон. Благодарим Вас!