

για ασθενείς που υποφέρουν από Ρευματικές και Μυοσκελετικές Παθήσεις COVID-19 Πληροφορίες

Τηρείτε τα μέτρα υγιεινής



Πλύσιμο χεριών με σαπούνι και νερό (για 1 λεπτό τουλάχιστο) ή με αντισηπτικό διάλυμα πολλές φορές τη μέρα, ειδικά μετά από κάθε επαφή, μετά από φτάρνισμα (στον αγκώνα σου) ή μετά από καταρροή της μύτης (με μιας χρήσης χαρτί) και μετά από επαφή σε πιθανές μολυσμένες επιφάνειες.



Απόσταση τουλάχιστον ένα μέτρο



Na χαιρετάς χωρίς σωματική επαφή και απόσταση τουλάχιστον ένα μέτρο. Απόφυγε να αγγίζεις το πρόσωπο σου με τα χέρια σου χωρίς να τα πλύνεις ειδικά αν ήσουν έξω. Σε περίπτωση που παρουσιάσεις αναπνευστικά προβλήματα φόρεσε χειρουργική μάσκα για να προφυλάξεις τους ανθρώπους γύρω σου.



Μην σταματήσεις τη θεραπεία

ανοσοκαταστολής σου ή τις βιολογικές

εκτός από περιπτώσεις μόλυνσης (πυρετού, βήχα, αναπνευστικές δυσκολίες, μυαλγία, ανοσμία...)

και μόνον μετά από υπόδειξη από το γιατρό σου.

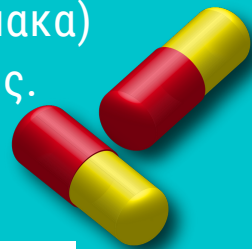


Μην διακόψεις την πρεθνιζόνη

(ή την κολχικίνη για φλεγμονώδεις ασθένειες). Μην διακόψεις την υδροχλωροκίνη ή υδροξυχλωροκίνη αν την παίρνεις για τη ρευματική ή μυοσκελετική σου κατάσταση.



Μην πάρεις κορτιζονούχα ή ΜΣΑΦ (μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα) θεραπεία του πυρετού ή της μόλυνσης. Πάρε παρακεταμόλη.



Εισαι στις ευπαθείς ομάδες

Αν είσαι μακροχρόνια ανοσοκατασταλμένος, με βιολογικές θεραπείες ή κορτιζονούχα σκευάσματα και η δόση σου υπερβαίνει 10-15 मिलigramms πρεθνιζόνης την μέρα τότε **είσαι στις ευπαθείς ομάδες.**



Μείνε όσο μπορείς σπίτι σου και ζήτα βοήθεια για ψώνια περιορίσε την ανθρώπινη επαφή ενώ συμμορφώνεσαι με τους κανόνες υγιεινής.