

Поддержка **в критических ситуациях**



Поддержка пожилых людей

Пожилые люди из группы повышенного риска могут испытывать более сильный стресс. Здесь приведены советы касательно того, как вы можете помочь.



Пожилые люди из группы повышенного риска могут испытывать более сильный стресс. Здесь приведены советы касательно того, как вы можете помочь.

Изучите информацию о лекарствах и медицинских принадлежностях. Убедитесь, что вы знаете обо всех рецептурных и (или) безрецептурных препаратах и предметах медицинского назначения, таких как тест-полоски для диабетиков и кислород, в которых нуждается ваш близкий человек. Узнайте, есть ли возможность получить дополнительные лекарства и расходные материалы. По возможности, рекомендуется иметь под рукой двухнедельный запас лекарств и медицинских материалов. Поговорите со своим врачом или фармацевтом, чтобы узнать, как получить то, что вам нужно.

- **Составьте план питания и снабжения другими припасами.** Проведите у себя дома инвентаризацию продуктов питания и предметов первой необходимости, таких как туалетная бумага, корм для домашних животных, а также средств для времяпровождения, таких как книги или журналы. Определите, кто будет организовывать доставку еды или необходимых вещей, в том числе готовых блюд. Определите, сколько запасов вам потребуется. Создайте запасной план.
- **Ознакомьтесь с правилами, действующими в медицинском учреждении.** Если ваш близкий находится в медицинском учреждении, убедитесь, что вы понимаете правила в отношении посещений, общения, инфекционного контроля и медицинского обслуживания.
- **Оставайтесь на связи.** Составьте план того, как вы будете общаться с близким человеком. Установите регулярное время для связи. Рассмотрите несколько способов оставаться на связи, например, телефонные звонки, обмен текстовыми сообщениями, электронная почта, социальные сети и/или видеосвязь. Открытки или письма по почте также могут помочь пожилому человеку ощущать себя важной частью вашей жизни.
- **Составьте список контактов на случай экстренных ситуаций.** Подготовьте список телефонных номеров членов семьи, друзей, соседей, врачей, местного отдела здравоохранения и других общественных организаций. Повесьте список дома на холодильнике или в другом видном месте. Убедитесь, что список легко доступен вашему близкому человеку.
- **Узнайте все о местных ресурсах.** Если ваш близкий человек зависит от государственной поддержки и услуг (например, от организации, занимающейся доставкой еды), убедитесь, что его потребности удовлетворяются. Знайте, к кому следует обращаться в случае возникновения проблем или перебоев в доставке.



Источники:

Centers for Disease Control and Prevention: Manage Stress & Anxiety.

Accessed: 3/18/20.

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/managing-stress-anxiety.html

Opens in a new window

National Institute of Health: How to Prepare. Accessed: 3/18/20.

www.nih.gov/health-information/coronavirus

Opens in a new window

World Health Organization: Tip Sheet “Helping children cope with stress during the 2019-nCoV outbreak.” Accessed: 3/17/20.

www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/helping-children-cope-with-stress-print.pdf?sfvrsn=f3a063ff_2

Opens in a new window PDF



Поддержка в критических ситуациях, когда она вам нужна

Дополнительные важные ресурсы и информацию по поддержке в критических ситуациях см. здесь: optumeap.com/criticalsupportcenter.



Данная программа не предназначена для оказания экстренной или неотложной медицинской помощи. В чрезвычайных случаях звоните в экстренную службу или обращайтесь в ближайший пункт экстренной помощи. Данная программа не является заменой медицинской помощи, оказываемой врачом или специалистом. По вопросам, связанным с конкретными проблемами со здоровьем, методами лечения и лекарственными препаратами, следует проконсультироваться с врачом. Ввиду возможного конфликта интересов юридические консультации не предоставляются по вопросам, которые могут повлечь судебные иски против компании Optum, ее филиалов и любой организации, в которой заявитель непосредственно или косвенно получает данные услуги (например, работодатель или план медицинского страхования). Данная программа и ее компоненты могут быть недоступны в некоторых регионах. Действуют ограничения на размеры групп. Уточняйте перечень ограничений и исключенных услуг.

Optum® является зарегистрированным товарным знаком компании Optum, Inc. в США и других странах. Все прочие названия брендов и продуктов являются товарными знаками или зарегистрированными знаками или собственностью их соответствующих владельцев. Компания Optum обеспечивает равные возможности трудоустройства.

© 2023 Optum, Inc. Все права защищены. WF8463081 223388-092022 ОНС