

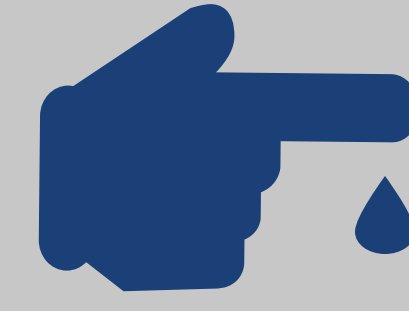
### આરોગ્યની ગંભીર સ્થિતિ શું છે?

- આ એવા રોગો અથવા બીમારીઓ છે જે વ્યક્તિને COVID-19 થી થતી મુશ્કેલીઓનું જોખમ વધારે છે
- કોઈપણ ઉંમરના લોકોમાં સ્વાસ્થ્યની અંતર્ગત પરિસ્થિતિઓ હોઈ શકે છે
- COVID-19 સંક્રમિત એ લોકો જેમને લોહીનું ઊંચુ દબાણ હોય અને તેની યોગ્ય સારવાર કરવામાં આવી ન હોય તેમનામાં લોહીના ઊંચા દબાણવાળા જે દર્દીઓની સારવાદ યોગ્ય રીતે થઈ હોય તેમની સરખામણીમાં મૃત્યુનું જોખમ **બમણું થઈ જાય છે**<sup>1</sup>
- ગંભીર આરોગ્યની સ્થિતિ ધરાવતા જે લોકોએ ગંભીર આરોગ્યની સ્થિતિની જાણ કરી નથી તેમની હોસ્પિટલમાં દાખલ થવાની સંભાવના **છ ગણી વધારે છે અને મૃત્યુની શક્યતા 12 ગણી વધારે હોવાનું મનાય છે**<sup>2,3</sup>

યુ.એસ. માં મુખ્યત્વે જોવા મળતી ગંભીર બીમારીઓમાં સમાવેશ થાય છે:



હૃદય રોગ  
(લોહીના ઊંચા દબાણનો પણ સમાવેશ)



ડાયાબિટીસ



ફેફસાંના રોગ  
(અસ્થમા અને એમ્ફિસીમાનો સમાવેશ થાય છે)



મેદસ્વિતા

#### સંદર્ભો

1. Greb, E. (2020, June 15). COVID-19: Hypertension Tied to Twofold Increase in Mortality. માંથી મેળવાયેલ <https://www.medscape.com/viewarticle/932377>.
2. Franki, R. (2020, June 17). Comorbidities Increase COVID-19 Deaths by Factor of 12. માંથી મેળવાયેલ <https://www.medscape.com/viewarticle/932486?src=rss>.
3. Stokes, E.R, Zambrano, L.D. & Anderson, K.N., et al (2020, જૂન 19). Coronavirus Disease 2019 Case Surveillance – United States, January 22–May 30, 2020. *Morbidity and Mortality Weekly Reports*, 69(24): 759–765. માંથી મેળવાયેલ <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/69/wr/pdfs/mm6924e2-H.pdf>.

જો તમને આરોગ્યની સમસ્યા છે જેનો ઇલાજ કરવામાં આવતો નથી અથવા સારવાર કરવામાં આવતી નથી, તો તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા અથવા સ્થાનિક સમુદાય આરોગ્ય કેન્દ્રનો સંપર્ક કરો.

### COVID-19 દરમિયાન તમે સ્વાસ્થ્યપ્રદ રહેવા આ પગલાં ભરી શકો છો

- તમારી બીમારીઓ માટે દવાઓ અને સારવારનું સંચાલન કરવા માટે તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો
- સામાજિક અંતરની આદત પાડો
- બહાર નીકળો ત્યારે ચહેરાને ઢાંકો
- વારંવાર હાથ ધોવા
- ઘરમાં જે જગ્યાએ વારંવાર અડતા હોય તેને ડિસઈન્ફેક્ટન્ટથી સાફ કરો
- શક્ય હોય તો ઘરે રહો: નકામી સફરને ટાળો
- તમારા આરોગ્યની કાળજી લો: COVID-19 નાં કોઈપણ લક્ષણો દેખાય તો તમારા આરોગ્ય પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો

