



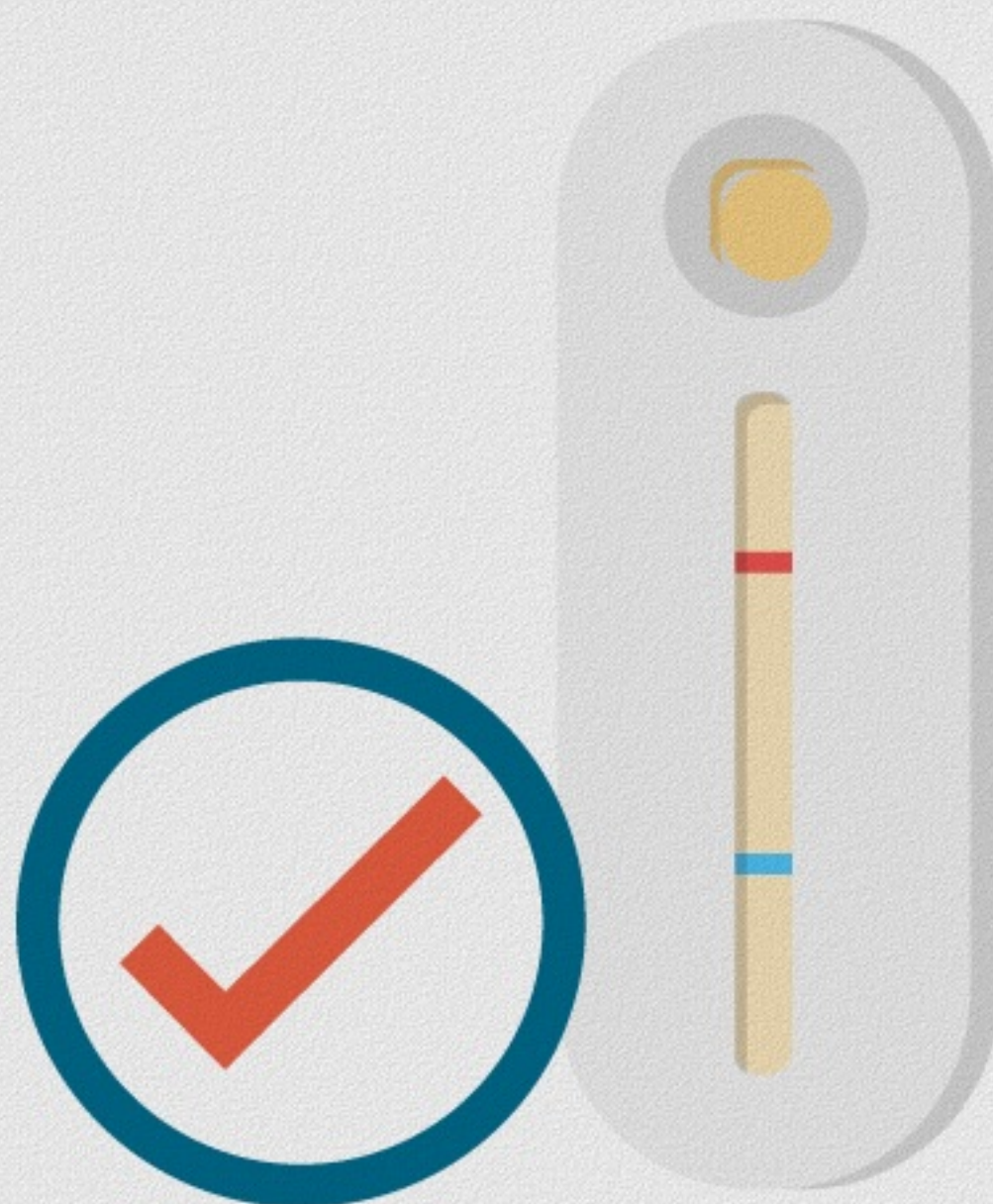
МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

СТОП  КОРОНАВИРУС.РФ

Рекомендации Минздрава России

**Что делать, если у вас
установлен COVID-19**

И ВЫ ОТНОСИТЕСЬ К ГРУППЕ РИСКА?





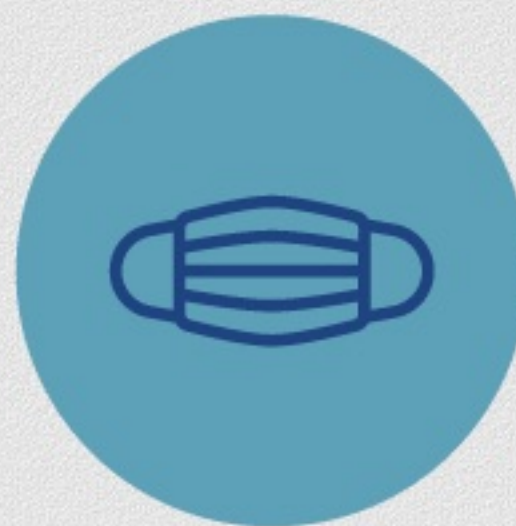
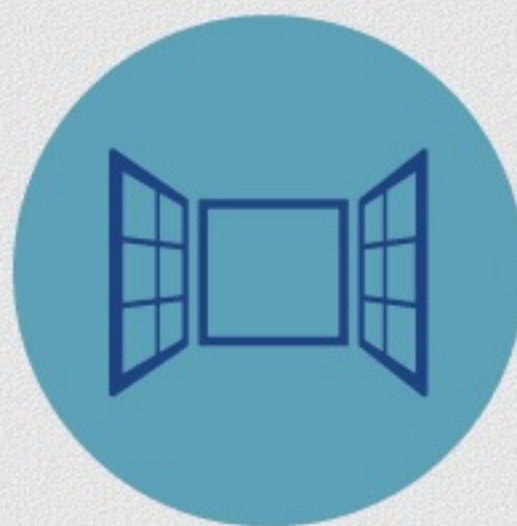
Если вы вакцинированы/ревакцинированы от COVID-19 менее 6 месяцев назад или переболели COVID-19 менее 6 месяцев назад, при этом:

-  у вас положительный мазок на COVID-19
и отсутствуют симптомы заболевания;
-  вы относитесь к группе риска:
 - возраст до 60 лет;
 - у вас есть хронические заболевания (сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, онкологические заболевания, хронические заболевания почек и печени, иммунодефицитные состояния);
 - у вас есть избыточный вес.



Ваши действия^{*}:

- Оставайтесь дома.
- Если вы проживаете не один в квартире/доме, по возможности изолируйтесь в отдельной комнате, избегайте тесных контактов с домочадцами, носите маску при выходе из комнаты, маски или респираторы должны носить все домочадцы.
- Проветривайте помещения (регулярно, 1 раз в 3 часа).
- Измеряйте температуру тела 3 раза в сутки.
- При возможности измеряйте сатурацию пульсоксиметром 2 раза в день (нормальные показатели пульсоксиметрии – не ниже 95-96%).



^{*}По мере развития заболевания и наблюдения за течением болезни рекомендации могут быть скорректированы.

Ваши действия❖:

- Используйте противовирусные препараты (капли или спрей в нос), содержащие интерферон-альфа (беременным только по назначению врача)
- При насморке и заложенности носа можно использовать солевые растворы, в том числе на основе морской воды.
- Препараты, которые вам были назначены на регулярной основе необходимо продолжить принимать в той же дозировке.
- Выпивайте не менее 2 литров жидкости в сутки.
- Лечение вам назначит медицинский работник.



❖По мере развития заболевания и наблюдения за течением болезни рекомендации могут быть скорректированы.



! При появлении симптомов ОРВИ:

- кашель
- насморк
- першение или боль в горле
- повышение температуры выше 38,0°C

Необходимо позвонить в call-центр вашей поликлиники или в единую службу «122» для дистанционной консультации с медицинским работником.





! При появлении:

- **одышки** (чувство нехватки воздуха, учащенное дыхание, боль за грудиной) и/или снижения уровня сатурации менее 94-95%;
- **повышения температуры выше 38,0°C;**

Необходимо позвонить в единую службу «103»
для вызова скорой помощи.





МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

СТОП  КОРОНАВИРУС.РФ

ВАЖНО:

Не стоит самостоятельно принимать антибиотики.

**Антибиотики назначаются
только медицинскими работниками
и только в случае наличия показаний.**



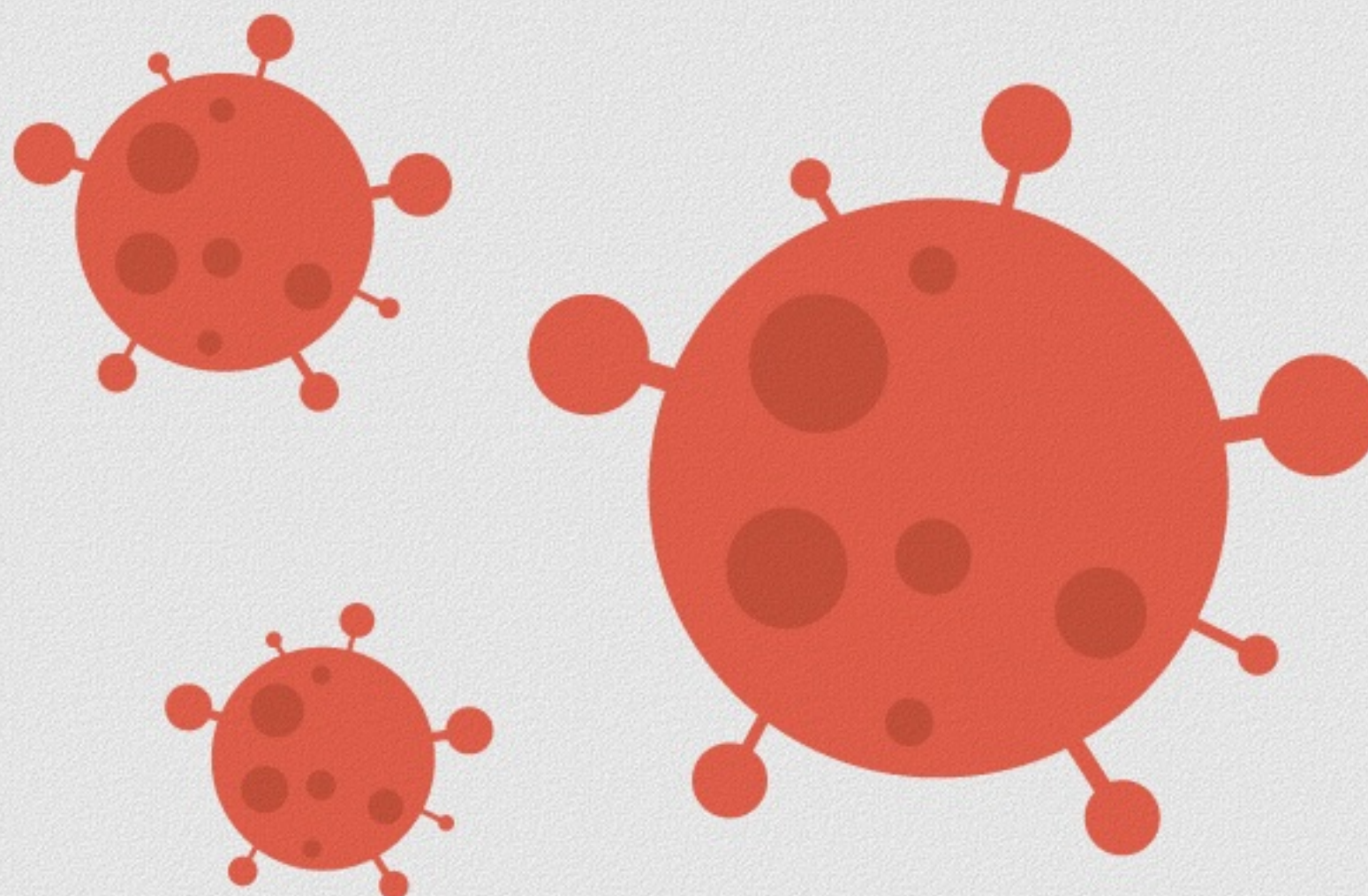


МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

СТОП  КОРОНАВИРУС.РФ

Рекомендации Минздрава России

**МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ
В УСЛОВИЯХ РОСТА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ
COVID-19**



Минздрав России призывает всех граждан:

- **Используйте медицинские маски или респираторы** при нахождении в закрытых помещениях и контактах с другими людьми.
- **Тщательно и часто мойте руки** и обрабатывайте их антисептиком.
- По возможности **минимизируйте посещение мест с большим скоплением людей**. А в случае, если избежать посещения невозможно, соблюдайте социальную дистанцию.



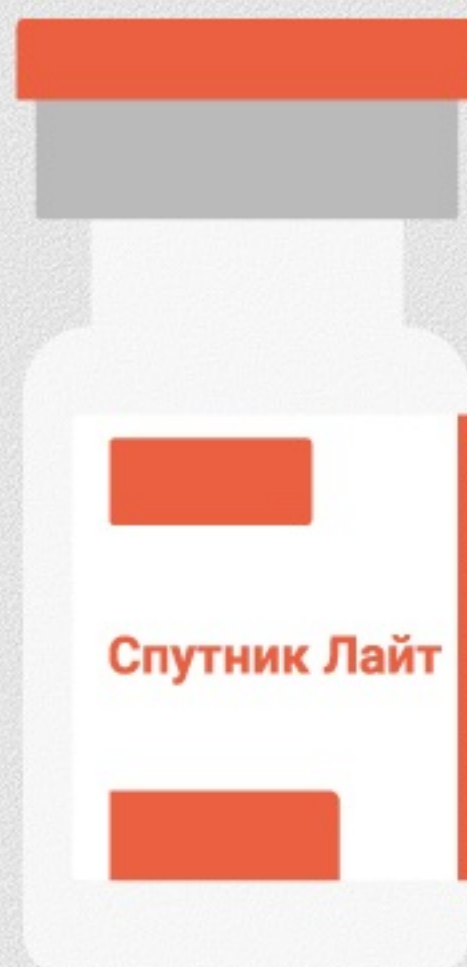
Эти простые профилактические меры снизят риск заражения. Помните, что заболевание COVID-19 почти во всех случаях имеет долгосрочные негативные последствия для вашего здоровья, особенно у тех, кто не прошел вакцинацию.



**Также напоминаем вам о необходимости пройти
вакцинацию и своевременную ревакцинацию
от коронавируса.**



По данным российских и зарубежных исследований, российская вакцина «Спутник V» в сочетании с ревакцинацией «Спутником Лайт» через 6 месяцев надёжно защищает от тяжёлого течения заболевания.



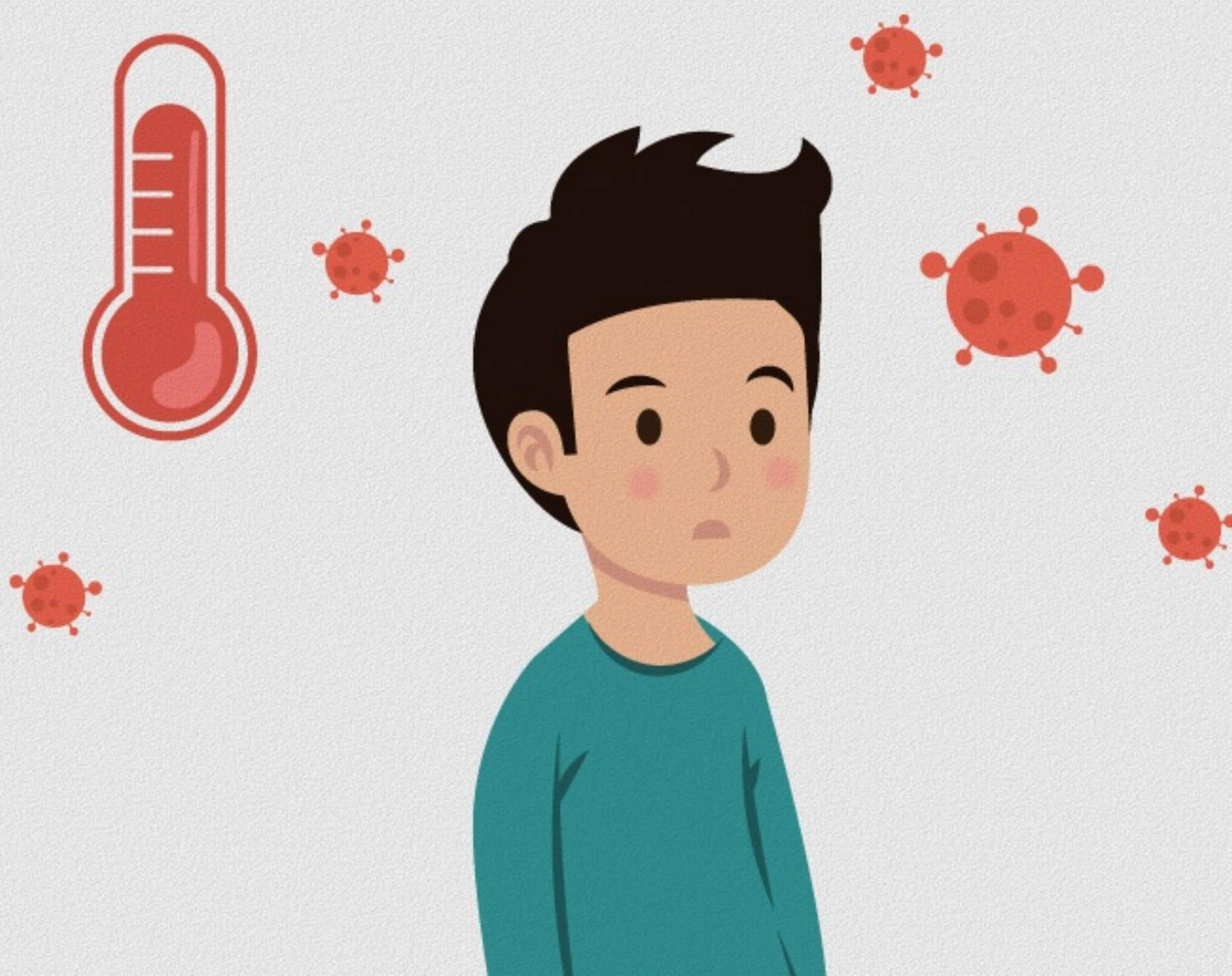


МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

СТОП  КОРОНАВИРУС.РФ

Рекомендации Минздрава России

Что делать, если COVID-19 заболел ребёнок?





Ваши действия^{*}:

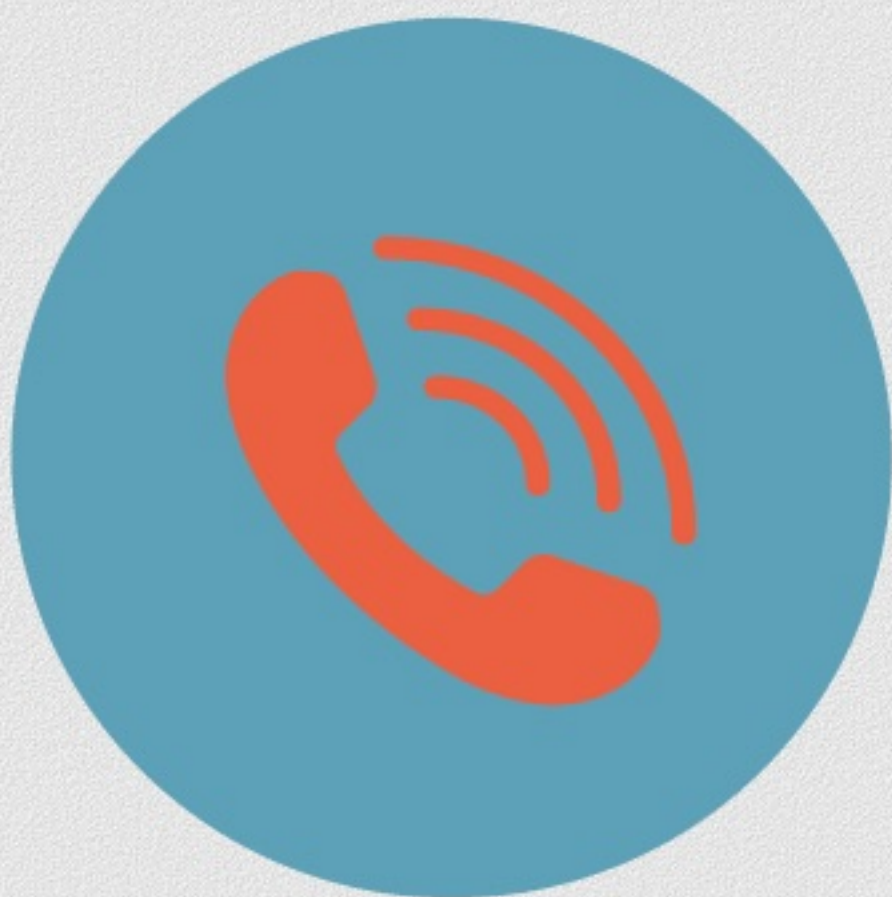
- Оставить ребёнка дома, не отправлять в детский сад или школу.
- Строго выполнять рекомендации медицинских работников по диагностике и лечению заболевания. **Ни в коем случае не заниматься самолечением.**



^{*}По мере развития заболевания и наблюдения за течением болезни рекомендации могут быть скорректированы.

Ваши действия^{*}:

- Необходимо позвонить в единую службу «122» или в call-центр вашей поликлиники для дистанционной консультации с медицинским работником.
- В случае ухудшения состояния необходимо позвонить в службу скорой помощи по номеру «103».



^{*}По мере развития заболевания и наблюдения за течением болезни рекомендации могут быть скорректированы.



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

СТОП  КОРОНАВИРУС.РФ

ВАЖНО:

**Не стоит самостоятельно
лечить ребенка антибиотиками.
Антибиотики могут быть назначены
врачом-педиатром и только в случае
наличия показаний.**





МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

СТ  ПКРОНАВИРУС.РФ

Рекомендации Минздрава России

Что делать, если вы заболели?





Если Вы вакцинированы/ревакцинированы против COVID-19 менее 6 месяцев назад или переболели COVID-19 менее 6 месяцев назад, при этом:

 у вас положительный мазок на COVID-19 и при этом нет никаких симптомов заболевания.

В данной ситуации не требуется лечение и может быть получен листок нетрудоспособности и необходима самоизоляция.

Рекомендуется контролировать температуру тела не реже 1 раза в сутки.

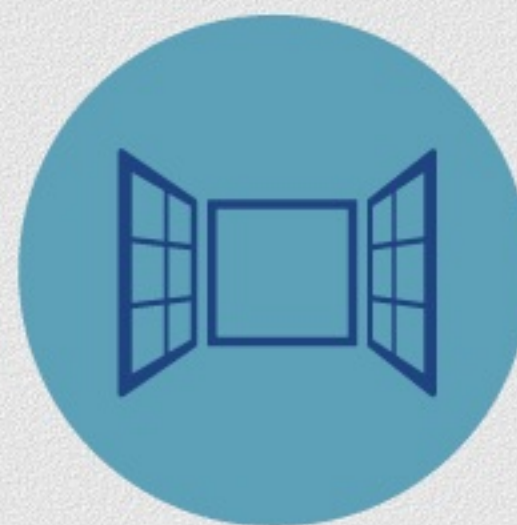
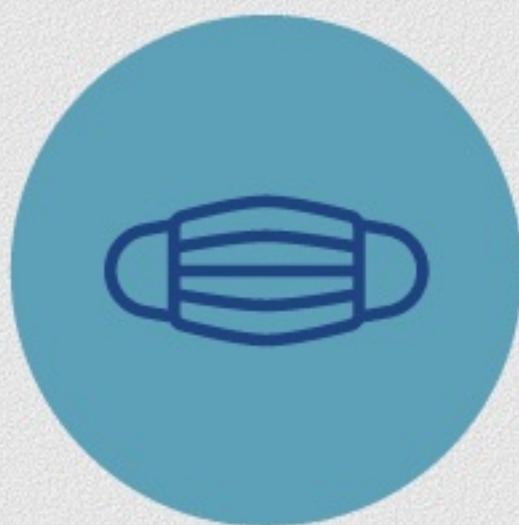


Если Вы вакцинированы/ревакцинированы против COVID-19 менее 6 месяцев назад или переболели COVID-19 менее 6 месяцев назад, при этом::

-  **у вас есть симптомы ОРВИ** (кашель, насморк, першение или боль в горле, однократное повышение температуры не выше 37,5°C), но нет результата ПЦР-диагностики на COVID-19;
-  **вы НЕ относитесь к группе риска:**
 - вам меньше 60 лет;
 - у вас отсутствуют сопутствующие хронические заболевания (сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, онкологические заболевания, хронические заболевания почек и печени, иммунодефицитные состояния);
 - у вас нет избыточного веса.

Ваши действия^{*}:

- Оставайтесь дома.
- При необходимости открытия листка нетрудоспособности или справки учащегося позвоните в единую службу «122» или в call-центр вашей поликлиники. Документы будут оформлены дистанционно.
- Если вы проживаете не один в квартире/доме, по возможности изолируйтесь в отдельной комнате, избегайте тесных контактов с домочадцами, носите маску при выходе из комнаты. Маски или респираторы должны носить все домочадцы.
- Проветривайте помещения (регулярно, 1 раз в 3 часа).



^{*}По мере развития заболевания и наблюдения за течением болезни рекомендации могут быть скорректированы.

Ваши действия^{*}:

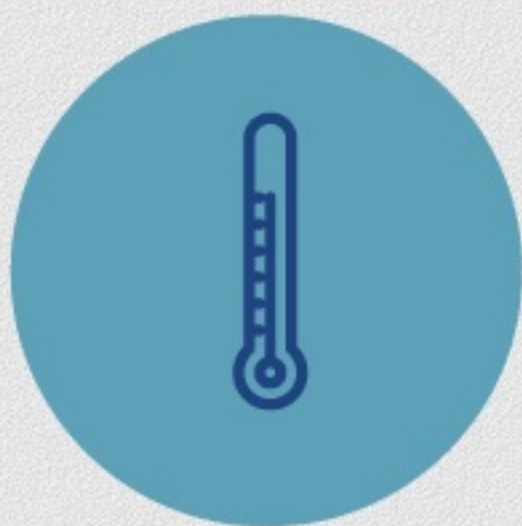
- Выпивайте не менее 2 литров жидкости в сутки.
Измеряйте температуру тела 3 раза в сутки.
- При возможности измеряйте уровень сатурации пульсоксиметром (насыщение крови кислородом) 2 раза в день (нормальные значения — не ниже 95-96%).
- Используйте противовирусные препараты (капли или спрей в нос содержащие интерферон-альфа (беременным только по назначению врача)).
- При насморке и заложенности носа можно использовать солевые растворы, в том числе на основе морской воды.



^{*}По мере развития заболевания и наблюдения за течением болезни рекомендации могут быть скорректированы.

Ваши действия❖:

- При боли в горле можно применять местные средства в виде растворов для полоскания горла, таблеток для рассасывания, спреев. Данные препараты отпускаются без рецептов врача.
- При повышении температуры до 38,0°C и выше вы можете принять жаропонижающие препараты.
- Вы можете также принимать препараты витамина С и витамина D в соответствии с инструкциями к препаратам.
- Лекарственные препараты применяются в соответствии с инструкцией, при отсутствии противопоказаний к их применению.



❖ По мере развития заболевания и наблюдения за течением болезни рекомендации могут быть скорректированы.

При ухудшении состояния:

- Если у вас повысилась температура выше $38,0^{\circ}\text{C}$ и держится более 2-х суток, несмотря на приём жаропонижающих средств, то необходимо позвонить в call-центр вашей поликлиники или в единую службу «122» для дистанционной консультации с медицинским работником.
- Если появилась одышка, чувство нехватки воздуха, боли за грудиной вам трудно дышать и/или уровень сатурации менее 94-95%, и/или учащение дыхания, то необходимо позвонить в единую службу «103» для вызова скорой помощи.





МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

СТОП  КОРОНАВИРУС.РФ

ВАЖНО:

Не стоит самостоятельно принимать антибиотики.

**Антибиотики назначаются
только медицинскими работниками
и только в случае наличия показаний.**





МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

СТ  ПКОРОНАВИРУС.РФ

Рекомендации Минздрава России

**Что делать при признаках болезни,
если нет прививки от COVID-19?**





Если вы не вакцинированы и не переболели COVID-19:

-  у вас есть любые симптомы ОРВИ (кашель, насморк, першение или боль в горле, повышение температуры выше $38,0^{\circ}\text{C}$) вне зависимости от результатов ПЦР-диагностики;
-  у вас положительный мазок на COVID-19 вне зависимости от симптомов заболевания;



Ваши действия^{*}:

- Оставайтесь дома.
- Для дистанционной консультации с медицинским работником позвоните в единую службу «122» или в call-центр вашей поликлиники.
- В случае ухудшения состояния необходимо позвонить в службу скорой помощи по номеру «103».



^{*}По мере развития заболевания и наблюдения за течением болезни рекомендации могут быть скорректированы.