

## COVID-19, информация для пациентов

### Информационный листок о профилактике инфекции, составленный врачами инфекционного контроля

#### Почему я получаю эту информацию?

Тесты показали наличие у вас COVID-19 – инфекции, которую вызывает коронавирус SARS-CoV-2.

#### Что такое COVID-19?

COVID-19 представляет собой вирусную инфекцию, которая чаще всего сопровождается легкими симптомами, такими как насморк, боль в горле, кашель и повышенная температура. Однако у части заболевших развиваются респираторные осложнения, которые требуют лечения в больнице. Другие симптомы COVID-19 могут включать мышечные боли, головные боли, утомляемость, нарушения обоняния и вкуса, а также расстройство желудка, сопровождаемое диареей.

#### Как происходит заражение COVID-19?

COVID-19 передается в первую очередь при тесных контактах между людьми, при этом источником инфекции служат капли, выделяемые из дыхательных путей больного. Когда инфицированный человек чихает, кашляет, разговаривает или просто выдыхает, вокруг него распространяются мелкие капли. Инфицирование может произойти при вдыхании капель, содержащих вирус, или контактным путем, вследствие прикосновения загрязненными руками к слизистой оболочке глаз, носа или рта.

Инфицированный человек способен заражать других людей еще до проявления у него симптомов заболевания. Время с момента заражения до проявления симптомов заболевания (инкубационный период) колеблется от 2 до 14 дней и обычно составляет 3-4 дня.

#### Как долго я буду заразен/заразна?

Время, в течение которого человек остается заразным, может быть разным у разных людей. Пациенты с тяжелой формой заболевания обычно остаются заразными дольше, чем пациенты с легкой формой.

- Считается, что человек остается заразным в течение не менее 5 дней с появления симптомов. Если за последние 2 дня ваше самочувствие в целом не улучшилось и температура не снизилась до нормальной, вас могут считать заразным/заразной несколько дольше 5 дней. Если спустя 5 дней у вас остаются лишь легкие симптомы, такие как сухой кашель или ослабление обоняния и вкуса, то считается, что вы больше не заразны. Если наличие у вас инфекции было определено по результатам теста, при полном отсутствии у вас симптомов, то 5 дней отсчитываются с даты положительного теста.
- Исключение из вышесказанного: **работники сфер медицинского обслуживания и социальной поддержки, которые не были вакцинированы по меньшей мере 3 дозами**, будут считаться заразными в течение не менее 7 дней с начала заболевания. Если наличие у вас инфекции было определено по результатам теста,

## COVID-19, PATIENTINFORMATION, RYSKA

при полном отсутствии у вас симптомов, то 7 дней отсчитываются с даты положительного теста.

- Если вы **проживаете в доме для пожилых со специализированным уходом** или **госпитализированы**, информацию о том, как долго вы будете оставаться заразным/заразной, вам может предоставить ваш врач. Это действительно и в отношении пациентов с сильным иммунодефицитом.

**Как вести себя, чтобы защитить окружающих от инфекции?**

- Рекомендуется оставаться дома и избегать тесного контакта с другими людьми в течение всего времени, пока вы заразны.
- Если вы работаете в сфере медицинского обслуживания и социальной поддержки, рекомендуется поставить в известность вашего работодателя.

**Отслеживание цепочек распространения инфекции – что это такое?**

В учреждениях здравоохранения и социальной заботы, пациенты/резиденты которых подвержены риску заболевания COVID-19 в тяжелой форме, должно производиться отслеживание цепочек распространения инфекции. Поэтому вы обязаны участвовать в отслеживании путей распространения инфекции, чтобы найти в сфере здравоохранения и социальной заботы людей, которые могли быть подвергнуты инфицированию, и проинформировать их.

**Что нужно делать, если мне нужна медицинская помощь в связи с COVID-19 или другим заболеванием?**

- Если вам нужна медицинская консультация, позвоните по номеру 1177. Вам помогут разобраться в симптомах или посоветуют, куда обратиться за медицинской помощью.
- Если вам необходимо обратиться в медицинское учреждение, не приходите на прием напрямую, сначала обязательно позвоните по телефону. Это необходимо для предупреждения распространения инфекции среди пациентов медицинского учреждения. По телефону вам подробно расскажут, что делать.
- При угрозе жизни звоните по номеру 112.