



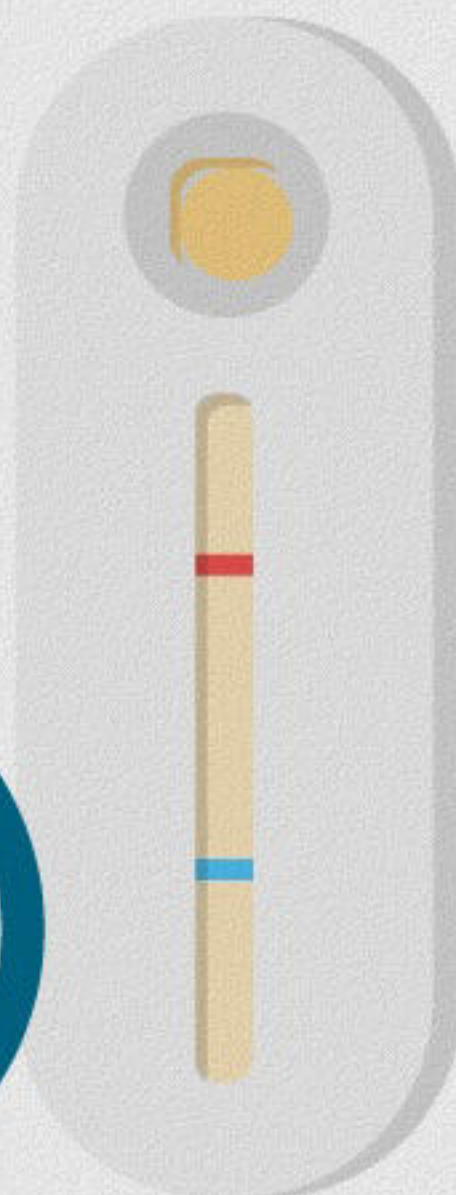
МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

СТОП  ПКОРОНАВИРУС.РФ

Рекомендации Минздрава России

Что делать, если у вас установлен COVID-19

И вы относитесь к группе риска?





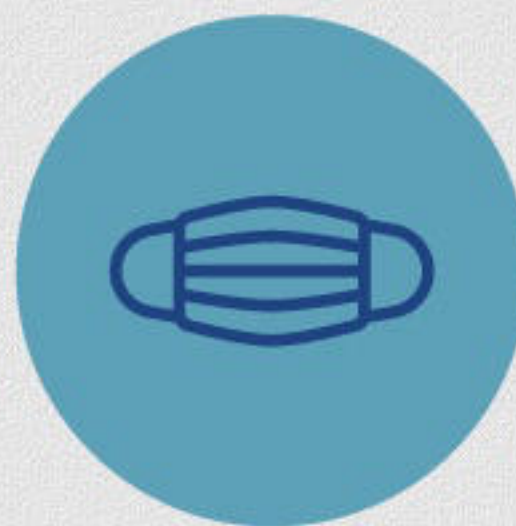
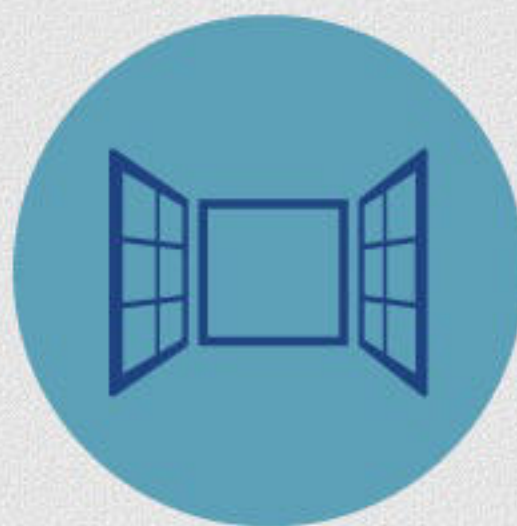
Если вы вакцинированы/ревакцинированы от COVID-19 менее 6 месяцев назад или переболели COVID-19 менее 6 месяцев назад, при этом:

- 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.





ВАЖНО:

Не стоит самостоятельно принимать антибиотики.

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

