

ПАМЯТКА ПАЦИЕНТАМ

**Единый контактный центр
200-20-99**



БЕССИМПТОМНОЕ ИЛИ ЛЕГКОЕ ТЕЧЕНИЕ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID-19 (COVID-19) И ОСТРОЙ РЕСПИРАТОРНОЙ ВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ (ОРВИ)

1. 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 нет симптомов заболевания:**
 - не требуется лечение и может быть получен листок нетрудоспособности;
 - необходима самоизоляция и контроль температуры тела не реже 1 раза в сутки;
- у Вас **есть симптомы ОРВИ (кашель, насморк, першение или боль в горле, однократное повышение температуры не выше 37,5°C), но нет результата анализа на COVID-19;**
- **Вы НЕ относитесь к группе риска:**
 - Вам меньше 60 лет;
 - у Вас отсутствуют хронические заболевания почек и печени, сердечно-сосудистые и онкологические заболевания, сахарный диабет, иммунодефицитные состояния;
 - у Вас нет избыточного веса.

ВАШИ ДЕЙСТВИЯ:

- ✓ Оставайтесь дома;
- ✓ При необходимости открытия листка нетрудоспособности звоните:

Единая служба "122"

Единый контактный центр ГАУЗ СО «ЦГКБ №24» 200-20-99

Регистратура поликлиники № 1 (пер. Рижский, 16 – р-н Вторчермет) +7 (343) 301-24-31

Регистратура поликлиники № 2 (Ак. Шварца, 14г – р-н Ботаника) +7 (343) 301-24-32

Регистратура поликлиники № 3 (ул. Авиационная, 82) +7 (343) 301-24-33

Регистратура поликлиники № 4 (ул. Селькоровская, 62) +7 (343) 301-24-34

Регистратура отделения общей врачебной практики Елизавет (ул. Бисертская, 6-в) +7 (343) 301-24-36

Регистратура отделения общей врачебной практики Горный Щит (ул. Колхозная, 16) +7 (343) 301-24-37

Регистратура отделения общей врачебной практики Шабровский (ул. Ленина, 8) +7 (343) 301-24-38

- ✓ Если Вы проживаете не один, изолируйтесь в отдельной комнате, носите маску при выходе из комнаты. Маски или респираторы должны носить все домочадцы.
- ✓ Регулярно проветривайте помещения (не менее 1 раз в 3 часа).
- ✓ Соблюдайте питьевой режим (не менее 2 литров в сутки при повышенной температуре тела).
- ✓ Измеряйте температуру тела не реже 3 раз в сутки.
- ✓ При возможности пульсоксиметром измеряйте уровень насыщения крови кислородом 2 раза в день (норма – не ниже 95-96%).
- ✓ Возможно использование противовирусных препаратов, капли или спрей в нос в соответствии с инструкцией при отсутствии противопоказаний к применению, беременным по назначению врача.
- ✓ При насморке и заложенности носа – солевые растворы.
- ✓ При боли в горле – местные средства в виде растворов для полоскания горла, таблеток для рассасывания, спреев.
- ✓ При повышении температуры до 38,0°C и выше – жаропонижающие препараты.
- ✓ Принимать препараты витамина С и витамина D в соответствии с инструкциями.

ПРИ УХУДШЕНИИ СОСТОЯНИЯ:

– если повысилась температура выше 38,0°C и сохраняется более 2-х суток, несмотря на прием жаропонижающих средств, звоните в единый Call-центр, регистратуру или в единую службу "122" для дистанционной консультации с медицинским работником;

– если появилась одышка, чувство нехватки воздуха, боль за грудиной, учащенное дыхание и уровень насыщения крови кислородом менее 94-95%, необходимо позвонить в единую службу "103" для вызова скорой помощи.

ВАЖНО!

Не стоит самостоятельно принимать антибиотики. Они назначаются только медицинскими работниками в случае наличия показаний

II. 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 отсутствуют симптомы заболевания;
- Вы относитесь к группе риска:
 - возраст 60 лет и старше;
 - у Вас есть хронические заболевания почек и печени, сердечно-сосудистые и онкологические заболевания, сахарный диабет, иммунодефицитные состояния;
 - у Вас есть избыточный вес.

ВАШИ ДЕЙСТВИЯ:

- ✓ Оставайтесь дома.
- ✓ Если Вы проживаете не один, изолируйтесь в отдельной комнате, носите маску при выходе из комнаты. Маски или респираторы должны носить все домочадцы.
- ✓ Регулярно проветривайте помещения (не менее 1 раз в 3 часа).
- ✓ Соблюдайте питьевой режим (не менее 2 литров в сутки при повышенной температуре тела).
- ✓ Измеряйте температуру тела не реже 3 раз в сутки.
- ✓ При возможности пульсоксиметром измеряйте уровень насыщения крови кислородом 2 раза в день.
- ✓ Возможно использование противовирусных препаратов, капли или спрей в нос в соответствии с инструкцией при отсутствии противопоказаний к применению, беременным по назначению врача.
- ✓ При насморке и заложенности носа – солевые растворы.
- ✓ Препараты, назначенные Вам на регулярной основе, необходимо продолжать принимать.

Лечение Вам назначит медицинский работник

ВАЖНО! ПРИ ПОЯВЛЕНИИ СИМПТОМОВ ОРВИ:

- кашель, насморк;
- першение или боль в горле;
- температура выше 38,0°C.

Звоните в единый контактный центр, регистратуру или в единую службу "122" для дистанционной консультации

ВАЖНО! ПРИ ПОЯВЛЕНИИ:

- чувства нехватки воздуха, учащенного дыхания, боли за грудиной;
- снижения уровня насыщения крови кислородом менее 94 - 95%;
- повышения температуры выше 38,0 °C.

Звоните в единую службу "103" для вызова скорой помощи

**ВАЖНО! Не стоит самостоятельно принимать антибиотики.
Они назначаются только медицинскими работниками**

III. Если Вы не вакцинированы и не переболели COVID-19, то:

- при появлении любых симптомов ОРВИ независимо от результатов анализа на COVID-19;
- у Вас положительный мазок на COVID-19 независимо от симптомов заболевания

ВАШИ ДЕЙСТВИЯ:

- ✓ Оставайтесь дома.
- ✓ Звоните в единый контактный центр или регистратуру поликлиники, или в единую службу "122" для дистанционной консультации с медицинским работником.
- ✓ В случае ухудшения состояния – в службу скорой помощи "103".

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРЫ СНИЖЕНИЯ РИСКА ЗАРАЖЕНИЯ:

- используйте маски или респираторы в закрытых помещениях и при контактах с людьми;
- часто и тщательно мойте руки, обрабатывайте их антисептиком;
- минимизируйте посещения мест с большим скоплением людей;
- соблюдайте дистанцию 1,5-2 метра.

**Необходима вакцинация
и своевременная
ревакцинация от
коронавируса**

Основание:

Памятка для граждан о действиях в случае бессимптомного или легкого течения новой коронавирусной инфекции и острой респираторной вирусной инфекции"

Разработчик памятки: Министерство здравоохранения Российской Федерации