



Для того чтобы COVID-19 не распространялся дальше, гражданам, у которых был контакт с больными или тем, кто вернулся из путешествия или был в командировке, необходимо сообщить о своем возвращении в штаб по борьбе с коронавирусной инфекцией вашего региона и соблюдать карантин у себя дома 14 дней.

ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ?



- Не выходить из дома весь период карантина, даже для того что бы получить посылку, купить продукты или выбросить мусор;
- по возможности находиться в отдельной комнате;
- пользоваться отдельной посудой, индивидуальными средствами гигиены, бельем и полотенцами;
- приобретать продукты и необходимые товары домашнего обихода дистанционно онлайн или с помощью волонтеров;
- исключить контакты с членами своей семьи или другими лицами;
- использовать средства индивидуальной защиты и дезинфицирующие средства (маска, спиртовые салфетки).

ПОЧЕМУ ИМЕННО 14 ДНЕЙ?

Две недели карантина по продолжительности соответствуют инкубационному периоду коронавирусной инфекции – времени, когда болезнь может проявить первые симптомы.

ЧТО ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ КАРАНТИНА?



- мыть руки водой с мылом или обрабатывать кожными антисептиками - перед приемом пищи, перед контактом со слизистыми оболочками глаз, рта, носа, после посещения туалета;
- регулярно проветривать помещение и проводить влажную уборку с применением средств бытовой химии с моющим или моюще-дезинфицирующим эффектом.

ЧТО ДЕЛАТЬ С МУСОРОМ?

Бытовой мусор нужно упаковать в двойные прочные мусорные пакеты, плотно закрыть и выставить за пределы квартиры. Утилизировать этот мусор можно попросить друзей, знакомых или волонтеров.

КАК ПОДДЕРЖИВАТЬ СВЯЗЬ С ДРУЗЬЯМИ И РОДНЫМИ?



Вы можете общаться со своими друзьями и родственниками с помощью видео и аудио связи, по интернету, главное не выходить из дома до тех пор, пока не закончится карантин.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОЯВИЛИСЬ ПЕРВЫЕ СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

Если вы заметили у себя первые симптомы COVID-19 необходимо сразу же сообщить об этом в поликлинику.

КТО НАБЛЮДАЕТ ЗА ТЕМИ, КТО НАХОДИТСЯ НА КАРАНТИНЕ? У НИХ БЕРУТ АНАЛИЗЫ НА КОРОНАВИРУС?



Для контроля за нахождением на карантине могут использоваться электронные и технические средства контроля. За всеми, кто находится на карантине, ведут медицинское наблюдение на дому и обязательно ежедневно измеряют температуру. На 10 сутки карантина, врачи производят отбор материала для исследования на COVID-19 (мазок из носа или ротоглотки).

КАК ПОЛУЧИТЬ БОЛЬНИЧНЫЙ НА ПЕРИОД КАРАНТИНА?

Пока вы находитесь в режиме карантина дома, вам открывают лист нетрудоспособности на две недели. Чтобы получить больничный не нужно приходить в поликлинику, его можно оформить дистанционно на сайте Фонда социального страхования (ФСС).

ЧТО БУДЕТ С ТЕМИ, КТО НЕ СОБЛЮДАЛ ИЛИ НАРУШИЛ КАРАНТИН?

При нарушении режима карантина, человек помещается в инфекционный стационар.

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО КАРАНТИН ЗАКОНЧИЛСЯ?



Карантин на дому завершается после 14 дней изоляции, если отсутствуют признаки заболевания, а также на основании отрицательного результата лабораторных исследований материала, взятого на 10 день карантина.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!



ПЯТЬ ПРАВИЛ ЗДОРОВЬЯ

1

ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства. Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками. Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.

2

СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно - капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 метра друг от друга.

Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Коронавирус, как и другие респираторные заболевания, распространяется этими путями. Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить



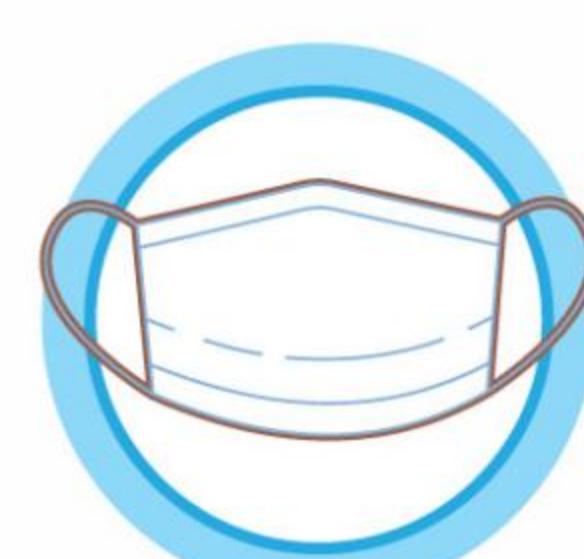
ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ



СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ
И ЭТИКЕТ



ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ
ЖИЗНИ



ПОЛЬЗУЙТЕСЬ МЕДИЦИНСКОЙ
МАСКОЙ



В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ
ОБРАЩАЙТЕСЬ К ВРАЧУ

риск заболевания.

При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать. Избегая излишних поездок и посещений многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

3

ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

4

ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Среди средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса. Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

Как правильно носить маску?

Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципиально.

Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;
- старайтесь не касаться поверхности маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или обработайте спиртовым средством;

- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;

- не используйте вторично одноразовую маску;
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, магазине, аптеке, а также при уходе за больным.

5

ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ОРВИ, ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Оставайтесь дома и обращайтесь к врачу. Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим.

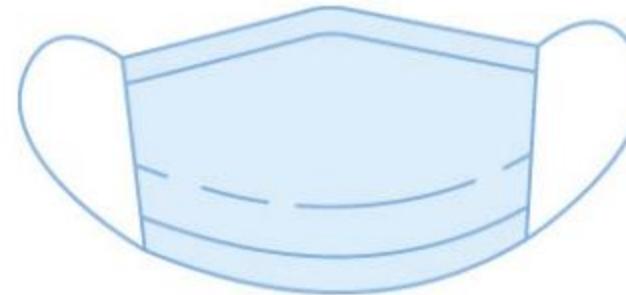
Подробнее на www.rosпотребnadzor.ru

COVID-19

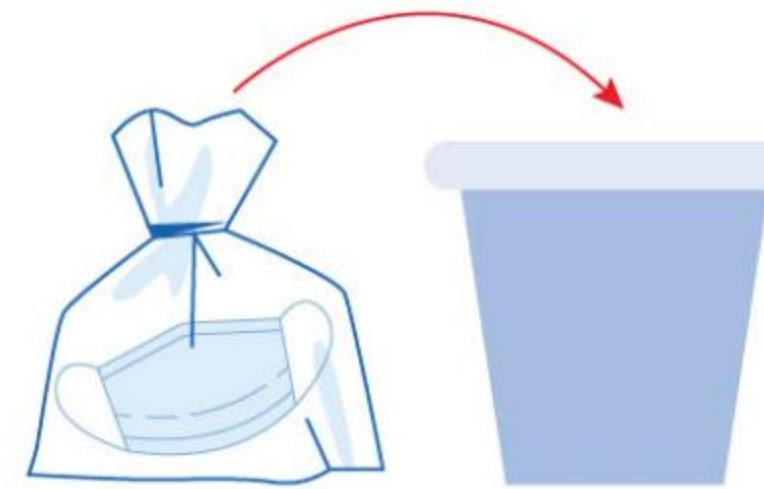
МАСКИ – ЭТО СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ БАРЬЕРНОГО ТИПА

РОСПОТРЕБНАДЗОР
Единый консультационный центр
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

Медицинскую одноразовую маску после однократного использования можно выбросить как обычный бытовой мусор



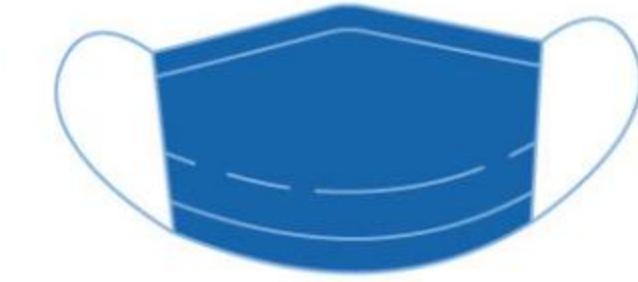
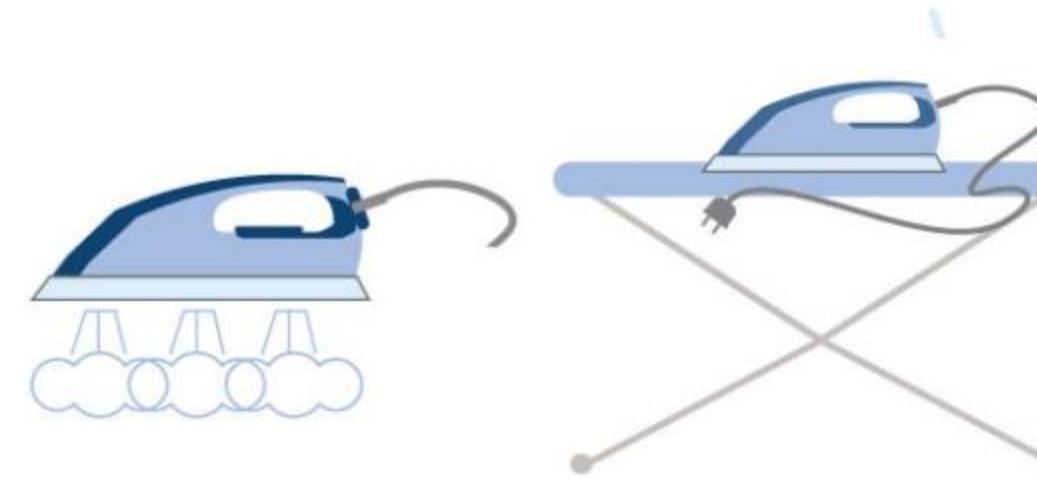
**2-3
часа**



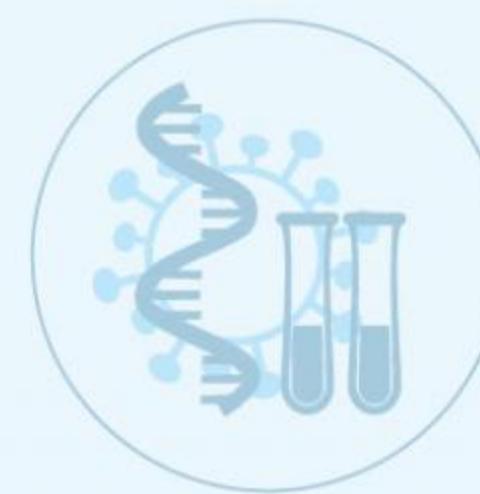
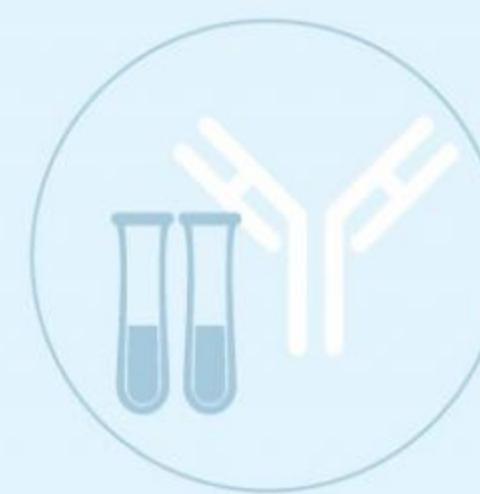
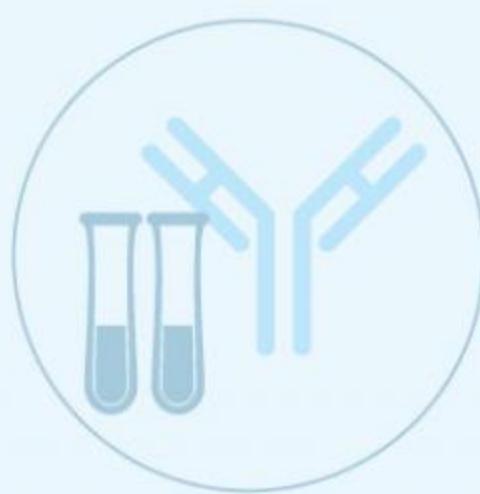
Многоразовая маска не является медицинским изделием, ее можно использовать повторно только после специальной обработки



**2-3
часа**



ВАЖНО! Маски эффективны только в сочетании с другими методами профилактики
(избегание контактов, частое мытье рук, дезинфекция предметов),
и потребность в их использовании различна у разных групп людей и в разных ситуациях



Вид лабораторного исследования

МОЛЕКУЛЯРНАЯ ДИАГНОСТИКА

Выявляет генетический материал вируса (РНК) в биологическом материале человека

ЭКСПРЕСС-АНАЛИЗ НА АНТИТЕЛА

Выявляет антитела к возбудителю инфекции – иммунные клетки, которые вырабатываются в организме человека в результате его контакта с вирусом

АНАЛИЗ НА АНТИТЕЛА (IgM и IgG)

Выявляет антитела к возбудителю инфекции – иммунные клетки, которые вырабатываются в организме человека в результате его контакта с вирусом

АНАЛИЗ НА ВИРУСНЫЕ АНТИГЕНЫ

Выявляет белки, входящие в состав вируса, которые распознаются иммунной системой

Метод

Полимеразная цепная реакция с обратной транскрипцией в режиме реального времени (ОТ-ПЦР)
Изотермическая амплификация (RT-LAMP)

Иммунохроматографический экспресс-тест

Иммуноферментный анализ (ИФА)
Иммунохемилуминесцентный анализа (ИХЛА)

Иммунохроматографический экспресс-тест

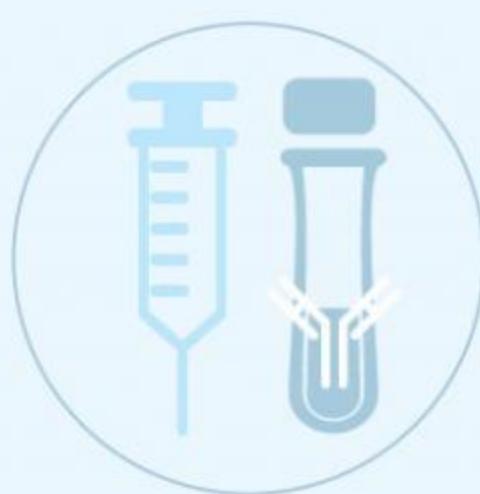
Формат ответа

качественный

качественный

качественный, количественный

качественный



Вид биоматериала

Мазок из носа и ротовой полости

Кровь капиллярная/кровь из вены

Кровь из вены

Мазок из носа

Что покажет тест

Выявление инфицирования/отсутствия инфицирования на момент проведения тестирования

Если генетический материал возбудителя инфекции отсутствует, значит вы не инфицированы

Тест на антитела показывает наличие или отсутствие иммунного ответа организма человека на инфицирование коронавирусом

Выявление ранних антител IgM может свидетельствовать о текущей инфекции (в том числе и при бессимптомном течении)

Выявление поздних антител IgG может свидетельствовать об инфицировании коронавирусом/перенесенном заболевании в прошлом

Тест на антитела показывает наличие или отсутствие иммунного ответа организма человека на инфицирование коронавирусом

Выявление ранних антител IgM может свидетельствовать о текущей инфекции (в том числе и при бессимптомном течении)

Выявление поздних антител IgG может свидетельствовать об инфицировании коронавирусом/перенесенном заболевании в прошлом

Количественное определение титра IgG даёт возможность отобрать доноров плазмы для лечения больных с тяжёлым течением COVID-19

Выявление инфицирования/отсутствия инфицирования на момент проведения тестирования
Если антигены к вирусу не обнаружены, то вы не инфицированы

Назначения к проведению исследования

Диагностика коронавирусной инфекции (в том числе у контактных лиц)

Установление факта прошедшего инфицирования/заболевания

Исследование коллективного иммунитета к коронавирусу SARS-CoV-2 (IgG)

Установление факта прошедшего инфицирования/заболевания

Исследование коллективного иммунитета к коронавирусу SARS-CoV-2 (IgG)

Скрининг доноров плазмы (IgG, количественное определение)

Диагностика коронавирусной инфекции (в том числе у контактных лиц)

Особенности и ограничения

Отрицательный результат не исключает риска последующего инфицирования

В ряде случаев требуется повторное исследование

В настоящее время нельзя точно сказать, обеспечивают ли антитела защиту от дальнейшего инфицирования и какова продолжительность иммунного ответа

Могут применяться в первичной диагностике для определения дальнейшей тактики обследования

В настоящее время нельзя точно сказать, обеспечивают ли антитела защиту от дальнейшего инфицирования, какова продолжительность иммунного ответа, какой вид и уровень антител необходим для эффективной защиты

Отрицательный результат не исключает риска последующего инфицирования