



Каковы симптомы и осложнения после COVID-19?

В число зарегистрированных симптомов COVID-19 входят респираторные заболевания в степени от лёгкой до тяжёлой, сопровождающиеся высокой температурой, кашлем и затруднённым дыханием, а также недавно появившейся потерей вкуса или обоняния. Ознакомьтесь с материалом [DPH's About COVID-19](#) («Информация Департамента здравоохранения о COVID-19») и прочитайте [Руководство CDC](#).

Как распространяется COVID-19?

Данный вирус распространяется посредством **капель**, которые распространяются при таких явлениях, как кашель, чихание, разговор и пение.

Вирус, вызывающий COVID-19, [распространяется от человека к человеку](#). Человек, заразившийся COVID-19, может передавать болезнь другим людям уже за 48 часов до появления симптомов. Вот почему так важно использовать метод социального дистанцирования. CDC рекомендует тем, у которых есть симптомы или которым был поставлен диагноз COVID-19, изолироваться либо в больнице, либо дома (в зависимости от тяжести заболевания) до тех пор, пока они не поправятся и не перестанут подвергать риску заражения других людей.

Изоляция прекращается тогда, когда человек более не может передавать вирус другим людям. В большинстве случаев изоляция прекращается при соблюдении всех перечисленных ниже требований:

- У пациента нет высокой температуры без применения лекарств, снижающих температуру.
- Улучшение симптомов у пациента (например, кашля, одышки).
- Прошло не менее 10 дней после возникновения симптома или получения положительного результата теста – в зависимости от того, какая из этих дат наступит раньше.

Изоляция некоторых людей с ослабленным иммунитетом и заболеванием в серьёзной форме может длиться дольше.

Существует ли лечение?

Для пациентов, подверженных высокому риску, существует ряд видов лечения моноклональными антителами для ранних стадий COVID-19, протекающих в лёгкой или умеренной форме.

Пациентам, подверженным высокому риску COVID-19 и имеющим положительный результат теста, следует обратиться к своему врачу и определить, какие виды лечения могут применяться.

Существует ли вакцина?

Да. Последнюю информацию о прибытии вакцины COVID-19 в штат Массачусетс можно найти в материале [Massachusetts COVID-19 Vaccine Information](#) («Информация о вакцине COVID-19 в штате Массачусетс»).

Почему случаи заболевания COVID-19 в штате Массачусетс регистрируются на уровне города/посёлка?

Благодаря нашим усилиям по проведению тестирования нам стало известно, что воздействию коронавируса подверглась каждая община штата Массачусетс, поэтому важно предоставлять данные всего штата в разбивке по населённым пунктам.

В соответствии со стандартной практикой в области общественного здравоохранения и в целях охраны частной жизни людей мы не будем раскрывать информацию о количестве положительных случаев, если их будет менее пяти в группах населения численностью до 50 000 человек.

Возможность взглянуть на этот вирус через призму его воздействия на конкретные города и посёлки поможет нам выявить потенциальные "горячие точки", обеспечить информационную основу мер реагирования, предпринимаемых органами общественного здравоохранения, помочь городам и посёлкам, работающим над замедлением темпов распространения этого заболевания, а также оказать содействие властям штата в надлежащем развёртывании ресурсов.

Дополнительные данные на уровне штата и города можно найти на [Интерактивной информационной панели штата по вопросам COVID-19 \(Interactive COVID-19 Dashboard\)](#).

Следует ли мне пройти тест?

Пройти тест следует в случае, если у вас появятся какие-либо симптомы COVID-19, пусть даже слабые, или если вы не вакцинированы и находитесь в тесном контакте с человеком, у которого тест на COVID-19 оказался положительным. Кроме того, тестирование рекомендуется тем, кто не вакцинирован и недавно выезжал за пределы штата. Чтобы узнать о тестировании COVID-19 в штате Массачусетс, посетите сайт по адресу www.mass.gov/GetTested.

Для получения подробной информации посетите веб-страницу CDC: [Testing for COVID-19](#) («Тестирование на COVID-19»).

Помимо этого, вы можете позвонить по телефону 2-1-1 круглосуточной горячей линии штата.

Где можно пройти тест на COVID-19?

Чтобы найти ближайший к вам пункт тестирования, посетите сайт по адресу mass.gov/CovidTestSearch.

Более подробную информацию о проведении тестирования в штате Массачусетс посетите раздел [About COVID-19 Testing](#) («О тестировании на COVID-19»).

Что делать, если один из членов моей семьи находится на карантине?

Если один из членов вашей семьи идентифицирован в качестве лица, подлежащего карантину:

- Определите комнату (и по возможности ванную комнату), которой может пользоваться только человек, находящийся на карантине.

- Человек, подвергаемый карантину, не должен покидать дом ни при каких условиях, кроме получения неотложной медицинской помощи. Если ему требуется срочная помощь, то вне дома он должен постоянно носить хирургическую маску. Не пользуйтесь автобусами, метро или таким совместно используемым транспортом, как Uber или Lyft. Чтобы добраться до медицинского учреждения, воспользуйтесь личным автомобилем или вызовите скорую помощь. Кроме того, позвоните сотрудникам учреждения и попросите их подготовиться.
- Все члены семьи должны соблюдать строгую личную гигиену. Это означает частое мытьё рук с мылом и тёплой водой. Каждый раз, кашляя или чихая, используйте салфетку. Затем мойте руки.
- Не пользуйтесь общими тарелками, стаканами, чашками или столовыми приборами. Мойте все эти предметы в посудомоечной машине или с помощью жидкости для мытья посуды и тёплой воды.
- Протирайте бытовым дезинфицирующим средством часто используемые поверхности - особенно если на них попали такие жидкости организма, как слюна, слизь, моча, кал или рвота.
- Не допускайте в свой дом посетителей.

Если остальные члены семьи не контактируют с заведомо инфицированным человеком, то в настоящее время им не требуется помещение в карантин. Однако все члены семьи должны соблюдать строгую личную гигиену в доме и по возможности сохранять социальную дистанцию от человека, подвергаемого карантину. Все члены семьи должны следить за своим здоровьем и при возникновении симптомов, указывающих на COVID-19 (таких как высокая температура, кашель, одышка), обращаться к своему медицинскому работнику. Если находящийся в карантине человек всё же заболевает, остальных членов семьи могут идентифицировать как лиц, находящихся в близком контакте, и в это время им придётся пройти карантин.

Лицам, прошедшим полную прививку, нет необходимости отправляться в карантин после контакта с COVID-19.

Следует ли носить маску, выходя в общественное место?

Всем жителям, не прошедшим вакцинацию, рекомендуется носить маску в помещении и в ситуациях, когда у них нет возможности соблюдать социальную дистанцию. Постоянное ношение масок по-прежнему обязательно для лиц, прошедших и не прошедших вакцинацию, в следующих условиях:

- В общественном и частном транспорте, а также в таких транспортных узлах, как автобусные вокзалы, железнодорожные станции и аэропорты.
- В школах K-12 и дошкольных программах
- В медицинских учреждениях и кабинетах медицинских работников
- В учреждениях патронатного воспитания

Дополнительную информацию о том, где обязательно ношение масок, можно найти по адресу www.mass.gov/MaskUpMA.

Если вы находитесь в штате Массачусетс и сделали полную прививку, вы можете вернуться к делам, которыми вы занимались до пандемии. Те, кто полностью вакцинированы, могут возобновить свои занятия без ношения масок и соблюдения физической дистанции, кроме случаев, когда того требуют федеральные, региональные, местные, племенные или территориальные законы, правила и нормативы, включая руководящие принципы местных предприятий и рабочих мест. Если вы ещё не сделали прививку, посетите сайт по адресу vaxfinder.mass.gov.

Информацию и рекомендации относительно поездок можно получить в CDC.

Что делать беременным?

CDC выпустил руководство для [People Who Are Pregnant, Breastfeeding, or Caring for Young Children](#) («беременных, кормящих матерей или ухаживающих за маленькими детьми»), в которое входят сведения о том, как защитить себя и свою семью от COVID-19.

Что делать в случае тревожности и стресса?

Департамент психического здоровья штата Массачусетс предлагает ресурсы и рекомендации по [поддержанию эмоционального здоровья и хорошего самочувствия во время эпидемии COVID-19](#).

Кроме того, Департамент общественного здравоохранения штата Массачусетс располагает ресурсами по контролю стресса, тревожности или других сильных эмоций:

- Английский язык: [COVID-19 Wellness Tips and Resources](#) («Рекомендации и ресурсы по поддержанию хорошего самочувствия во время COVID-19»)
- Испанский язык: [Consejos y recursos para su bienestar COVID-19](#)

[Disaster Distress Helpline](#) (Линия доверия на случай бедствий, телефон 1-800-985-5990) - это национальная горячая линия, которая работает круглосуточно, круглогодично и предназначена для оказания экстренной помощи в кризисных ситуациях людям, испытывающим эмоциональные переживания в связи со стихийными бедствиями или техногенными катастрофами, включая вспышки таких заболеваний, как COVID-19. Эта бесплатная, многоязычная и конфиденциальная служба кризисной поддержки доступна всем жителям Соединённых Штатов и их территорий.

Какие ресурсы предлагаются людям, которые в настоящее время пытаются преодолеть проблемы, связанные с сексуальным или домашним насилием?

Вы можете получить помощь и поддержку. В период этой чрезвычайной ситуации с COVID-19 многие услуги для людей, которые пытаются преодолеть проблемы, связанные с сексуальным и бытовым насилием, предлагаются дистанционно. Дополнительную информацию можно найти в материалах [Domestic Violence Program](#) («Программы по борьбе с насилием в семье») и на странице [Sexual Assault Prevention and Survivor Services](#) («Услуги по предотвращению сексуального насилия и оказанию помощи пострадавшим»).

Что следует делать медицинским работникам и отделам здравоохранения?

На этом сайте Департамента здравоохранения опубликован ряд руководящих документов, разработанных специально для некоторых групп, включая врачей, учреждения долгосрочного ухода, школы, службы экстренного реагирования и другие. Ознакомьтесь с [COVID-19 Guidance and Directives](#) («Руководствами и директивами по COVID-19»). С конкретными вопросами обращайтесь в Бюро инфекционных заболеваний и лабораторных наук при Департаменте здравоохранения 24 часа в сутки, 7 дней в неделю, по телефону (617) 983-6800.

Дополнительные рекомендации и руководства по инфекционному контролю, включая сведения о средствах индивидуальной защиты уходе на дому и изоляцию, а также расследовании случаев, можно найти на сайте CDC [Information for Healthcare Professionals](#) («Информация для специалистов в области здравоохранения»). Информацию о сборе и отправке образцов см. на сайте [Information for Laboratories](#) («Информация для лабораторий»). Информацию по COVID-19 для специалистов общественного здравоохранения см. на сайте [Information for Healthcare Professionals](#) («Информация для специалистов в области здравоохранения»).