



ОРВИ, ГРИПП, КОРОНАВИРУС. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ЗАБОЛЕЛИ?

(пошаговая инструкция)

ПРИ ПОДОЗРЕНИИ НА ОРВИ И ГРИПП (повышенная температуры, озноб, чувство ломоты в суставах, головная боль, повышенная утомляемость, кашель/ боль в горле, трудности с дыханием и т.д.) НЕОБХОДИМО:

ШАГ 1. ОСТАВАТЬСЯ ДОМА И ВЫЗЫВАТЬ ВРАЧА НА ДОМ по телефону call-центра 8-81367-99-003. Если утром из-за большого потока звонков не дозвониться до call-центра, это можно сделать позднее - вызовы принимаются по будним дням с 8 до 18 часов. Сообщить оператору следующую информацию: полностью фамилию, имя, отчество, дату рождения, адрес проживания пациента, номер домофона (при необходимости), основные симптомы заболевания, контактный телефон (если потребуется). **Если в последние две-три недели вы побывали в зарубежной поездке, близко контактировали с людьми, которые недавно вернулись из страны, неблагополучной по эпидемиологической ситуации с коронавирусом, обязательно сообщите об этом оператору.**

При резком ухудшении состояния обращаться в скорую помощь, экстренная помощь оказывается круглосуточно. Если неотложная помощь требуется в выходные дни, в часы, когда call-центр не работает, обращаться в скорую помощь, тел.: 03, 8 (81367) 71-975 и 103 (с мобильного телефона).

ШАГ 2. ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ ПРЕДУПРЕДИТЬ РАБОТОДАТЕЛЯ О ТОМ, ЧТО ЗАБОЛЕЛИ (лист нетрудоспособности при необходимости будет оформлен в соответствующие сроки).

ШАГ 3. СОБЛЮДАТЬ РЕЖИМ ИЗОЛЯЦИИ НА ДОМУ. Больному следует выделить отдельную комнату. Если в квартире вместе с вами проживают пожилые родственники, дети, необходимо максимально изолировать их от больного, если это невозможно – использовать средства индивидуальной защиты (маски, их можно изготовить своими руками). Маски следует менять каждые 2 – 3 часа. Заходить в комнату к больному может только один человек, который за ним ухаживает, это должен быть здоровый человек, не относящийся к группам риска. После выхода из комнаты больного необходимо тщательно мыть руки с мылом и соблюдать общие правила профилактики.

ШАГ 4. ОЖИДАТЬ ВРАЧА, НЕ ЗАНИМАТЬСЯ САМОЛЕЧЕНИЕМ! СИМПТОМЫ ДОЛЖЕН ОЦЕНИВАТЬ ВРАЧ, он рассматривает все проявления болезни в комплексе.

ШАГ 5. СТРОГО ВЫПОЛНЯТЬ РЕКОМЕНДАЦИИ ВРАЧА. Снизить физическую нагрузку, в первые дни болезни - соблюдать постельный режим. При ухудшении состояния вызвать скорую помощь.

ШАГ 6. В комнате, где находится больным дважды в день выполнять проветривание и влажную уборку со средством дезинфекции. Больной же должен находиться в маске или при контакте с другими.

ВАЖНО! У коронавируса COVID-19 нет специфических симптомов, в начале заболевания его проявления мало отличается от тех, что вызывают грипп или обычная простуда. Это общая усталость, повышенная температура, головная боль, кашель — сухой или с небольшим количеством мокроты, высокая температура, затруднение дыхания. Ключевым фактором в диагностике заболевания является наличие факта посещения неблагополучной по эпидситуации с коронавирусом страны, зарубежной поездки, контактов с людьми, побывавшими в таких странах за последние две – три недели.



ЕСЛИ ВЫ НЕДАВНО ВЕРНУЛИСЬ ИЗ ЗАРУБЕЖНОЙ ПОЕЗДКИ В СТРАНУ, НЕБЛАГОПОЛУЧНУЮ ПО ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЙ СИТУАЦИИ ПО КОРОНАВИРУСУ ИЛИ КОНТАКТИРОВАЛИ С ЧЕЛОВЕКОМ, ПОБЫВАВШЕМ В ТАКОЙ СТРАНЕ В ПОСЛЕДНИЕ ДВЕ-ТРИ НЕДЕЛИ, ВАМ НЕОБХОДИМО

1. Сообщить о возвращении или контакте по телефону call-центра Тихвинской МБ 8 (81367) 99-003 или по телефонам горячей линии 8 (931) 002-03-03 или 8 (812) 679-60-03 и получить инструкции по дальнейшим действиям.
2. Предпринять меры для самоизоляции и ожидать приезда медицинских работников. Они произведут забор анализов на коронавирус.
3. Если наличие заболевания не подтвердилось, следует в течение 14 дней соблюдать режим самоизоляции. На это время при необходимости будет оформлен больничный лист. **ВАЖНО:** при недомогании (признаках ОРВИ, ПРОСТУДЫ, ГРИППА) вызвать врача на дом по тел. call-центра 8(81367) 99-003, сообщить оператору о факте посещения неблагополучной по коронавирусной ситуации или контакте с человеком, побывавшем в такой стране или контактировавшем с больным человеком.
4. В случае подтверждения наличия новой коронавирусной инфекции, вы будете госпитализированы для прохождения лечения и дальнейшего наблюдения в стационарных условиях.

Заразиться новым вирусом могут люди любого возраста, но с особым вниманием следует относиться к состоянию пожилым людям, так как они находятся в зоне риска более тяжелого течения болезни.

ЧТО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ ПРИ ПОДОЗРЕНИИ НА КОРОНАВИРУС

- Если вы опасаетесь, что уже были заражены коронавирусной инфекцией (недавно побывали в стране с неблагополучной эпидситуацией по коронавирусу, общались с людьми, посещавшими такие страны) не следует лично идти в больницу или поликлинику (позвоните по указанным выше телефонам, вам объяснят, что делать).
- Нельзя нарушать режим самоизоляции, иначе вы можете подвергнуть опасности жизнь других людей и способствовать распространению коронавирусной инфекции.
- Нельзя заниматься самолечением. Тем более при подозрении на коронавирус нельзя принимать антибиотики (против болезни такого типа они бессильны и их прием может спровоцировать осложнения).
- Нельзя поддаваться паническим настроениям. Несмотря на то, что лекарств от коронавируса не существует, своевременное вмешательство специалистов способно избавить человека от осложнений, что сведет риск негативных последствий болезни практически к нулю.