

# ТЕСТИ НА COVID-19 ВДОМА: РОЗУМІННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ТЕСТУ

April 15, 2022 9:30 AM UKRAINIAN

## Що робити, якщо маю позитивний результат?

У вашому організмі є вірус, і ви можете передати його іншим, навіть якщо у вас немає симптомів. Незалежно від того, були ви вакциновані чи ні, ви повинні виконувати наступні правила:

**1.** Не виходьте з дому, як для отримання медичної допомоги. Ізолюйте себе від інших членів сім'ї щонайменше на 5 днів. Через 5 днів ви можете вийти з дому, якщо:

- У вас не було температури протягом щонайменше 24 годин без ліків, що знижують температуру, і мають лише легкі симптоми, які покращуються, і
- Ви можете продовжувати носити маску ще 5 днів. Якщо ви не можете носити маску, продовжуйте ізолюватися ще 5 днів.
- Ця рекомендація стосується більшості людей. Якщо ви працюєте в певних умовах підвищеного ризику, таких як охорона здоров'я, вам може знадобитися триваліша ізоляція. Запитайте свого роботодавця.



**2.** Якнайшвидше зв'яжіться зі своїм постачальником медичних послуг. Залежно від вашого віку та/або стану здоров'я може бути доступне лікування, а деякі види лікування COVID-19 необхідно починати протягом 5 днів після появи симптомів. Якщо у вас немає постачальника медичних послуг, зателефонуйте за номером 211, і вам допоможуть його знайти.

**3.** Повідомте своїх близьких і членів сім'ї, що у вас позитивний результат тесту. Час має значення! Вони можуть вживати заходів, щоб зменшити поширення COVID-19, наприклад, носити маску при знаходженні поряд з іншими людьми та проходити тестування. Вони можуть знайти більше інформації на веб-сайті Управління охорони здоров'я свого округу або зателефонувати за номером 211.

- Якщо у вас були або є симптоми: Зв'яжіться з людьми, з якими ви були в тісному контакті за 2 дні до появи симптомів.
- Якщо у вас не було або немає симптомів: Зв'яжіться з людьми, з якими ви були в тісному контакті за 2 дні до здачі тесту на COVID-19. *beginning 2 days before you took your COVID-19 test.*

## Як повідомити про позитивний результат тесту?

Якщо за родом своєї діяльності ви багато спілкуєтесь з людьми, вам слід повідомити про позитивний результат тесту свого роботодавця, щоб допомогти обмежити поширення COVID-19. В інших випадках вам необов'язково повідомляти про позитивний результат свого домашнього тесту.

Якщо у вас виникнуть питання, вам буде потрібна допомога або ви захочете проконсультуватися з управлінням охорони здоров'я у зв'язку з позитивним результатом вашого тесту, ви можете звернутися до Управління охорони здоров'я округу Малтнома, зателефонувавши за номером 503-988-3406 або надіславши електронний лист на адресу [diseasereport@multco.us](mailto:diseasereport@multco.us). Там вам допоможуть повідомити вашого роботодавця або осіб, які перебували з вами в тісному контакті, знайти ресурси на період вашого перебування вдома, а також дадуть відповіді на інші питання, які у вас можуть виникнути.

Додаткову інформацію з питань здоров'я або допомогу із забезпеченням ізоляції та карантину можна отримати на веб-сайті для позитивних результатів тестів на COVID Управління охорони здоров'я штату Орегон <https://govstatus.egov.com/or-oha-covid-19-positive-test> або на гарячій лінії служби підтримки громадян за телефоном 866-917-8881.

## Що робити, якщо маю негативний результат?

Якщо ви відчуваєте нездужання, залишайтеся вдома і подалі від інших, поки ваші симптоми не покращаться, навіть якщо результат вашого тесту негативний.

Якщо ви були в тісному контакті з кимось, зараженим COVID-19, ви зазнали впливу вірусу і все одно могли заразити інших. Якщо ви не живете або працюєте в умовах високого ризику, наприклад, у медичних закладах або в певних закладах для групового проживання, вам не потрібно перебувати на карантині.

- Слідкуйте за симптомами протягом 10 днів з моменту останнього контакту. Подумайте, де ви будете і з ким будете поряд. Ви можете продовжувати захищати людей з високим ризиком важкої течії COVID-19 шляхом обмеження особистих контактів або використовуючи маску протягом 10 днів.
- Якщо ви проходили домашнє тестування, ви можете зробити ще один тест на COVID-19 у свого звичайного лікаря або пройти ще один тест через 1-2 дні.

### До симптомів COVID-19 відносяться:

- Лихоманка або озноб
- Кашель
- Задишка або утруднене дихання
- Втомлюваність
- Біль у м'язах або тілі
- Головний біль
- Нещодавня втрата смаку або нюху
- Біль у горлі
- Закладеність носа або нежить
- Нудота або блювання
- Діарея

### Якщо у вас з'явився один із перелічених важких симптомів, зателефонуйте за номером 911:

- Утруднене дихання
- Біль чи тяжкість у грудній клітці чи животі
- Нездатність пити або ковтати рідини
- Сплутаність свідомості або сонливість, які раніше не спостерігалися
- Посинілі або посірілі губи або обличчя

