

СПАСИБО ЧТО ПРОШЛИ ТЕСТИРОВАНИЕ

052422 RUSSIAN

В приведенных ниже инструкциях рассказывается, что делать после прохождения теста на COVID-19. Они применимы к тесту, который вы сдаете дома, или тесту, который вы делаете в пункте тестирования, больнице или кабинете врача (экспресс-тесты или ПЦР-тесты).

Если вы ожидаете результаты тестирования

Если Вы прошли тестирование, так как чувствуете себя плохо, и Вам нужно подождать результатов в течение нескольких дней, оставайтесь дома и не контактируйте с другими людьми **с сегодняшнего дня**. Исходите из предположения, что Вы инфицированы и представляете опасность заражения для окружающих.

Если вы прошли тестирование в целях медицинского скрининга (например, перед запланированной операцией или поездкой), или если у Вас был риск заражения, но у Вас **не наблюдается** симптомов, вам не нужно изолировать себя и оставаться дома.

Если у Вас положительный результат теста

Вирус уже находится внутри Вашего организма и может передаваться окружающим даже если у вас нет симптомов болезни. Независимо от того, были ли Вы вакцинированы, вам необходимо:

- 1. Остаться дома и выходить только для обращения за медицинской помощью.** Изолировать себя от других членов семьи как минимум на 5 дней. Через 5 дней Вы можете выходить из дома, если:
 - у Вас не было высокой температуры в течение как минимум 24 часов без жаропонижающих лекарств и если у Вас присутствуют только легкие симптомы, которые постепенно пропадают, И
 - Вы можете продолжать носить плотно прилегающую маску вблизи других людей в течение еще 5 дней. Если Вы не можете носить маску, оставайтесь на самоизоляции в течение еще 5 дней.
 - Данные рекомендации применимы для большей части людей. Если Вы работаете в зонах высокого риска, таких как медицинские учреждения, вам может потребоваться более длительная изоляция. Посоветуйтесь со своим работодателем.
- 2. Как можно скорее свяжитесь со своим поставщиком медицинских услуг.** В зависимости от вашего возраста и/или состояния здоровья, могут быть доступны разные варианты лечения. Некоторые виды лечения от COVID-19 необходимо начать в первые 5 дней после появления симптомов. Если у вас нет поставщика медицинских услуг, позвоните по номеру 211, и вам помогут его найти.
- 3. Сообщите своим близким** и членам семьи, что у вас положительный результат теста. Время в данном случае имеет огромное значение! Они могут принять меры по предотвращению распространения COVID-19, такие как ношение маски при контакте с людьми или прохождение тестирования. Они также могут найти необходимую информацию на вебсайте органов здравоохранения своей страны или позвонить по номеру 211.
 - Если у Вас были или есть симптомы: уведомите людей, с которыми Вы тесно контактировали в течение 2 дней до проявления симптомов.
 - Если у Вас не было или нет симптомов: уведомите людей, с которыми Вы тесно контактировали в течение 2 дней до сдачи теста на COVID-19.

Если у Вас отрицательный результат теста

Если Вы чувствуете себя плохо, оставайтесь дома и не вступайте в контакт с людьми, пока симптомы не пропадут (и в течение как минимум 24 часов без жаропонижающих лекарств после того, как у Вас было зафиксировано повышение температуры).

В карантине нет необходимости, если вы не живете или работаете в [зоне повышенного риска](#), например, если вы не работаете в сфере здравоохранения или не живете в общежитии.

Если Вы находились в тесном контакте с человеком, у которого COVID-19, значит, Вы подвергались воздействию вируса и можете заразить других.

- Следите за своими симптомами в течение 10 дней после контакта с болезнью. Внимательно относитесь к своим контактам и местам посещения. Вы можете защитить людей, имеющих высокий риск тяжелого течения COVID-19, посредством ограничения личного общения и ношения маски при общении с такими людьми в течение этих 10 дней.
- Если Вы прошли тестирование на дому, Вы можете пройти другой тип тестирования на COVID-19 при помощи своего поставщика медицинских услуг или пройти домашнее тестирование спустя 1-2 дня.

Если Вы уже заболели или только заболеваете

- **Позаботьтесь о себе и следуйте рекомендациям, применимым при положительном результате тестирования (выше):** Изолируйте себя от контактов с людьми, позвоните своему врачу или в больницу и проинформируйте близких. Вам необходим отдых и обильное питье.

Дополнительная информация

Если у Вас есть вопросы или Вам необходима помощь для поиска врача или медицинского учреждения, либо вам просто нужны информационные ресурсы:

Посетите вебсайт Oregon Health Authority, на котором размещена информация о действиях при положительном результате теста на COVID [Что делать при положительном результате теста на COVID-19?](#) или позвоните на горячую линию поддержки по номеру 866-917-8881.

Вы также можете позвонить по номеру 2-1-1, отправить текстовое сообщение со своим почтовым индексом на номер 898211 (TXT211) или отправить электронное письмо по адресу: help@211info.org. При необходимости можно воспользоваться услугами устного переводчика.

К симптомам COVID-19 относятся:

- Повышенная температура или озноб
- Кашель
- Одышка или затрудненное дыхание
- Ощущение утомляемости
- Боль в мышцах или во всем теле
- Головная боль
- Ранее не наблюдаемая потеря вкусовых ощущений или обоняния
- Боль в горле
- Заложенный нос или насморк
- Тошнота или рвота
- Диарея

Если у Вас проявился один из перечисленных тяжелых симптомов, звоните 911:

- Затрудненное дыхание жидкости
- Боль или тяжесть в грудной клетке или животе
- Неспособность пить или проглатывать
- Ранее не наблюдавшаяся спутанность сознания или сонливость
- Посинение губ или лица



Наведите камеру смартфона на этот QR-код, чтобы узнать больше о том, что делать в случае положительных результатов теста, как позаботиться о себе или другом человеке, болеющем COVID-19 и как получить поддержку, необходимую для того, чтобы оставаться дома.



Department of Health and Human Services