

Лечиться надо!

РЕКОМЕНДАЦИИ МИНЗДРАВА ПО ЛЕЧЕНИЮ БЕССИМПТОМНОЙ И ЛЁГКОЙ ФОРМЫ COVID-19

Подготовлены к публикации ГБУЗ НО «Кулебакская ЦРБ»

1 Если вы вакцинированы/ревакцинированы против новой коронавирусной инфекции COVID-19 менее 6 месяцев назад или переболели новой коронавирусной инфекцией COVID-19 менее 6 месяцев назад, при этом у вас положительный мазок на SARS-CoV-2 (новая коронавирусная инфекция COVID-19), и при этом нет никаких симптомов заболевания...

Что делать?

- В данной ситуации не требуется лечение.
- Может быть получен листок нетрудоспособности.
- Необходима самоизоляция.
- Рекомендуется контролировать температуру тела не реже 1 раза в сутки.

2 У вас есть симптомы ОРВИ (кашель, насморк, першение или боль в горле, однократное повышение температуры не выше 37,5° С), но нет результата ПЦР-диагностики на SARS-CoV-2 (новая коронавирусная инфекция COVID-19);

* вы НЕ относитесь к группе риска:

*вам меньше 60 лет;

*у вас отсутствуют сопутствующие хронические заболевания (сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, онкологические заболевания, хронические заболевания почек и печени, иммунодефицитные состояния);

*у Вас нет избыточного веса.

Что делать?

- Оставайтесь дома.
- При необходимости открытия листка нетрудоспособности или справки учащегося позвоните в единую службу «122» или в вашу поликлинику: **5-00-46, 5-00-31, 5-02-23**. Листок нетрудоспособности и справка будут оформлены.
- Если вы проживаете не один, по возможности изолируйтесь в отдельной комнате, избегайте тесных контактов с домочадцами, носите маску при выходе из комнаты. Маски или респираторы должны носить все домочадцы.
- Проветривайте помещения (регулярно, 1 раз в 3 часа).
- Соблюдайте питьевой режим (не менее 2 литров в сутки при повышенной температуре тела).
- Измеряйте температуру тела не реже 3 раз в сутки.
- При возможности измеряйте уровень сатурации пульсоксиметром (насыщение крови кислородом) 2 раза в день (нормальные значения - не ниже 95- 96%).
- Возможно использование противовирусных препаратов, капель или спрея в нос (например, содержащих интерферон-альфа), беременным только по назначению врача.
- При насморке и заложенности носа можно использовать солевые растворы, в том числе на основе морской воды.
- При боли в горле можно применять местные средства в виде растворов для полоскания горла, таблеток для рассасывания, спреев. Данные препараты отпускаются без рецептов врача.
- При повышении температуры до 38° С и выше вы можете принять жаропонижающие препараты.
- Вы можете также принимать препараты витамина С и витамина D в соответствии с инструкциями по применению.
- Лекарственные препараты применяются в соответствии с инструкцией, при отсутствии противопоказаний к их применению.

ПРИ УХУДШЕНИИ СОСТОЯНИЯ:

■ Если у вас повысилась температура выше 38° С и сохраняется более 2-х суток, несмотря на прием жаропонижающих средств, вам необходимо позвонить в вашу поликлинику или в единую службу «122» для дистанционной консультации с медицинским работником.

■ Если появились одышка, чувство нехватки воздуха, боли за грудной, вам трудно дышать и/или уровень сатурации менее 94-95%, и/или учащение дыхания, то необходимо позвонить в единую службу «103» для вызова скорой помощи.

ВАЖНО! Не стоит самостоятельно принимать антибиотики. Антибиотики назначаются только медицинскими работниками и только в случае наличия показаний.

3 Если вы вакцинированы/ревакцинированы против COVID-19 менее 6 месяцев назад или переболели новой коронавирусной инфекцией COVID-19 менее 6 месяцев назад, при этом:

* у вас положительный мазок на SARS-CoV-2 (новая коронавирусная инфекция COVID-19) и отсутствуют симптомы заболевания;

* вы относитесь к группе риска:

*возраст 60 лет и старше;

*у вас есть хронические заболевания (сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, онкологические заболевания, хронические заболевания почек и печени, иммунодефицитные состояния);

*у вас есть избыточный вес.

Что делать?

- Оставайтесь дома.
- Если вы проживаете не один в квартире/доме, по возможности изолируйтесь в отдельной комнате, избегайте тесных контактов с домочадцами, носите маску при выходе из комнаты, маски или респираторы должны носить все домочадцы.
- Проветривайте помещения (регулярно, 1 раз в 3 часа).
- Соблюдайте питьевой режим (не менее 2 литров в сутки при повышенной температуре тела).
- Измеряйте температуру тела не реже 3 раз в сутки.
- При возможности измеряйте сатурацию пульсоксиметром 2 раза в день (нормальные показатели пульсоксиметрии - не ниже 95-96%).
- Возможно использование противовирусных препаратов, капли или спрей в нос (например, содержащие интерферон-альфа), беременным только по назначению врача.
- При насморке и заложенности носа можно использовать солевые растворы, в том числе на основе морской воды.
- Препараты, которые вам были назначены на регулярной основе, необходимо продолжить принимать в той же дозировке.
- Лечение вам назначит медицинский работник.

*Лекарственные препараты применяются в соответствии с инструкцией, при отсутствии противопоказаний к их применению.

ПРИ ПОЯВЛЕНИИ симптомов ОРВИ: кашель; насморк; першение или боль в горле; повышение температуры выше 38° С необходимо позвонить в вашу поликлинику: **5-00-46, 5-00-31, 5-02-23** или в единую службу «122» для дистанционной консультации с медицинским работником.

ПРИ ПОЯВЛЕНИИ

- одышки (чувство нехватки воздуха, учащенное дыхание, боль за грудной) и/или снижения уровня сатурации менее 94-95%;

- повышения температуры выше 38° С.

**НЕОБХОДИМО ПОЗВОНИТЬ В ЕДИНУЮ СЛУЖБУ «103»
ДЛЯ ВЫЗОВА СКОРОЙ ПОМОЩИ.**

4 Если заболел ребенок...

Что делать?

- Оставить ребенка дома, не отправлять в детский сад или школу.
- Строго выполнять рекомендации медицинских работников по диагностике и лечению заболевания. Ни в коем случае не заниматься самолечением.
- Необходимо позвонить в единую службу «122» или в вашу поликлинику для дистанционной консультации с медицинским работником.
- В случае ухудшения состояния необходимо позвонить в службу скорой помощи по номеру «103».

ВАЖНО! Не стоит самостоятельно лечить ребенка антибиотиками. Они могут быть назначены только врачом-педиатром и только при наличии показаний.

**По мере развития заболевания и наблюдения за течением болезни рекомендации могут быть скорректированы.*

Минздрав
России
призывает
граждан:

Используйте защитные маски или респираторы при нахождении в закрытых помещениях и контактах с другими людьми.

Тщательно и часто мойте руки и обрабатывайте их антисептиком.

По возможности минимизируйте посещения мест с большим скоплением людей, а в случае, если избежать этого невозможно, соблюдайте дистанцию 1,5-2 метра.

Эти простые профилактические меры снизят риск заражения. Напоминаем также о необходимости пройти вакцинацию и своевременную ревакцинацию от коронавируса.

