



## COVID-19

### Порядок действий при положительном результате теста для домашнего использования

Пандемия коронавируса вызывает беспокойство во всем мире. При этом во многих случаях заболевание, вызванное коронавирусом SARS-CoV-2, которое обозначают как COVID-19, протекает в легкой форме и напоминает простуду с кашлем, температурой, болями в голове и суставах, а также насморком. Часто заболевание сопровождается потерей обоняния и вкусовых ощущений. Иногда болезнь протекает бессимптомно («бессимптомное течение»).

Однако нередки случаи и тяжелого течения болезни. В частности, более высокому риску тяжелого течения болезни подвержены лица, которые имеют серьезные заболевания и не прошли вакцинацию. Самоизоляция вносит решающий вклад в предотвращение распространения заболевания и разрыв инфекционных цепочек.

#### Рекомендуемый порядок действий

Все лица, получившие положительный результат теста для домашнего использования, обязаны выполнять следующие требования:

Вы обязаны незамедлительно перейти в режим самоизоляции и по возможности избегать контактов с другими людьми, так как можете быть опасны для них. Если тест проводился в каком-либо учреждении, незамедлительно отправляйтесь в свою квартиру или дом. Соблюдайте требования в отношении дистанции и правила гигиены.

Обратитесь за помощью к семейному врачу, в дежурную службу Объединения врачей больничных касс Баварии по телефону **116 117** или управление здравоохранения для сдачи теста на нуклеиновую кислоту, например, ПЦР-теста, чтобы подтвердить результат теста для домашнего использования. При обращении вам будет предоставлена информация о дальнейших действиях.

#### Дополнительная информация о COVID-19:

Горячая линия по коронавирусу Государственного управления здравоохранения и безопасности пищевых продуктов (LGL)

+49 (0)9131 / 6808 5101

[www.bayern.de](http://www.bayern.de): «Все о коронавирусе»

[www.stmgp.bayern.de/coronavirus](http://www.stmgp.bayern.de/coronavirus), информационный сайт Министерства здравоохранения

<https://s.bayern.de/kontaktperson>

**Желаем вам крепкого здоровья!**

#### Что нужно знать о поведении и гигиене

- ▶ **Посещение лаборатории для сдачи ПЦР-теста:**  
Тест на нуклеиновую кислоту, например, ПЦР-тест, — самый надежный метод для определения коронавирусной инфекции. Этот тест проводится для подтверждения результата теста для домашнего использования. По пути в медицинское учреждение для сдачи теста по возможности избегайте контактов с другими людьми. При нахождении вне дома рекомендуется носить маску со степенью защиты FFP-2.
- ▶ **Если состояние вашего здоровья ухудшится или вам потребуется медицинская помощь,** обратитесь к семейному врачу, в дежурную службу Объединения врачей больничных касс Баварии по телефону **116 117** или к врачу скорой помощи. При разговоре по телефону обязательно сообщите о том, что у вас положительный результат теста для домашнего использования.

#### Основные правила гигиены

- ▶ **Меры предосторожности при кашле и чихании**  
По возможности сохраняйте максимально возможную дистанцию по отношению к другим лицам, при кашле и чихании прикрывайте рот и нос локтем или используйте одноразовую салфетку, которую затем сразу же поместите в закрывающийся мусорный пакет.
- ▶ **Гигиена рук**  
Воздержитесь от рукопожатий и не держитесь за руки с другими людьми. Тщательно с регулярными интервалами мойте руки водой с мылом в течение не менее 20–30 секунд, в частности:
  - после сморкания, чихания или кашля;
  - перед приготовлением пищи;
  - перед едой;
  - после туалета;
  - после заметного загрязнения рук;
  - до и после каждого контакта с другими людьми;
  - в обязательном порядке после каждого контакта с заболевшим или лицом из его ближайшего окружения.

При отсутствии видимых загрязнений для обработки рук можно использовать безопасные для кожи дезинфицирующие средства на спиртовой основе с маркировкой «ограниченный вирулицидный эффект» («begrenzt viruzid»), «ограниченный вирулицидный эффект ПЛЮС» («begrenzt viruzid PLUS») или «вирулицидный эффект» («viruzid»).