**Памятка для граждан (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 появлении любых симптомов ОРВИ (кашель, насморк, першение или боль в горле, повышение температуры выше 38,0С) и вне зависимости от результатов ПЦР-диагностики

ПЦР (+)

(нет симптомов заболевания)

**Посещать поликлинику НЕ НАДО**

Если у Вас **повысилась температура выше 38,0С и сохраняется более 2-х суток**, несмотря на прием жаропонижающих средств, Вам необходимо позвонить в call-центр Вашей поликлиники, или в единую службу **"122"** для дистанционной консультации с медицинским работником.

Если появилась **одышка, чувство нехватки воздуха, боли за грудиной 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**.

При ухудшении состояния

!

!

Оставайтесь дома (с контролем температуры тела не реже 1 раза в сутки)

При необходимости открытия листка нетрудоспособности или справки учащегося позвоните в единую службу "122" или в call-центр Вашей поликлиники – листок нетрудоспособности или справка будут оформлены

Если Вы относитесь к группе риска (возраст 60 лет и старше; у Вас есть хронические заболевания (сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, онкологические заболевания, хронические заболеваниям почек и печени, иммунодефицитные состояния); у Вас есть избыточный вес), Вы беременны, продолжайте принимать препараты, которые Вам были назначены на регулярной основе в той же дозировке

Ваши действия:

Оставайтесь дома (самоизоляция) измеряйте температуру не реже 3 раз в сутки

При необходимости открытия листка нетрудоспособности или справки учащегося позвоните в единую службу "122" или в call-центр Вашей поликлиники – листок нетрудоспособности или справка будут оформлены

Соблюдайте питьевой режим (не менее 2 литров в сутки при повышенной температуре тела)

При возможности измеряйте уровень сатурации пульсоксиметром (насыщение крови кислородом) 2 раза в день (нормальные значения - 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, 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 38,0С и выше Вы можете принять жаропонижающие препараты

**Если Вы относитесь к группе риска** (возраст 60 лет и старше; у Вас есть хронические заболевания (сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, онкологические заболевания, хронические заболеваниям почек и печени, иммунодефицитные состояния); у Вас есть избыточный вес), Вы беременны, **продолжайте** принимать препараты, которые Вам были назначены на регулярной основе в той же дозировке

**ВАЖНО: НЕЛЬЗЯ самостоятельно назначать и принимать антибиотики. Антибиотики назначаются только медицинскими работниками и только в случае наличия показаний.**

**Памятка для граждан**

**(если Вы не вакцинированы против новой коронавирусной инфекции COVID-19**

**и не переболели новой коронавирусной инфекцией COVID-19)**

 

**При наличии положительного результата ПЦР-диагностики на SARS-CoV-2 (новая коронавирусная инфекция COVID-19) (мазок) и вне зависимости от симптомов заболевания**

**При появлении любых симптомов ОРВИ (кашель, насморк, першение или боль в горле, повышение температуры выше 38,0С) и вне зависимости от результатов ПЦР-диагностики**

Ваши действия:

Необходимо позвонить в единую службу "122" или в call-центр Вашей поликлиники для дистанционной консультации с медицинским работником.

В ходе телефонного опроса сотрудники единой службы "122" или call-центра Вашей поликлиники определят необходимость в направлении к Вам на дом медицинских работников поликлиники, либо перенаправят ваш звонок диспетчеру скорой медицинской помощи для выезда бригады.

В случае ухудшения состояния необходимо позвонить в службу скорой помощи по номеру **"103".**

**Посещать поликлинику НЕ НАДО**

**Памятка для родителей о действиях в случае бессимптомного или лёгкого течения новой коронавирусной инфекции и острой респираторной вирусной инфекции у детей**



ПЦР (+)

(нет симптомов заболевания)

При появлении любых симптомов ОРВИ (кашель, насморк, першение или боль в горле, повышение температуры выше 38,0С) и вне зависимости от результатов ПЦР-диагностики

Возможно использование противовирусных препаратов, капли или спрей в нос детям 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 38,00 Вы можете дать ребёнку жаропонижающие препараты (парацетамол или его аналоги в возрастной дозировке).

**Посещать поликлинику НЕ НАДО**

Если появилась одышка, и/или учащение дыхания, то необходимо позвонить в единую службу «103» для вызова скорой помощи.

Если у Вашего ребёнка повысилась температура выше 38,00С и сохраняется более 2-х суток, несмотря на прием жаропонижающих средств, Вам необходимо позвонить в call-центр Вашей поликлиники, или в единую службу «122» для дистанционной консультации с медицинским работником

В данной ситуации не требуется лечение, необходима самоизоляция.

При необходимости открытия листка нетрудоспособности или справки учащегося позвоните в единую службу «122» или в call-центр Вашей поликлиники.

Листок нетрудоспособности и справка будут оформлены.

Рекомендуется контролировать температуру тела не реже 1 раза в сутки.

Ваши действия:

Оставить ребенка дома, не отправлять в детский сад или школу.

При необходимости открытия листка нетрудоспособности или справки учащегося позвоните в единую службу «122» или в call-центр Вашей поликлиники. Листок нетрудоспособности и справка будут оформлены.

Строго выполнять рекомендации медицинских работников по диагностике и лечению заболевания. Ни в коем случае не заниматься самолечением.

По возможности изолируйте ребёнка 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 3часа).

Соблюдайте питьевой режим ребёнка.

Измеряйте температуру тела ребёнка 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%).

При ухудшении состояния