

COVID-19: ОТВЕТЫ НА ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ



Данные материалы подготовлены при поддержке ВОЗ



КОГДА МНЕ НУЖНО ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ?

Если у вас выявлены симптомы, такие как легкий кашель или невысокое повышение температуры тела, в обращении за медицинской помощью, как правило, нет необходимости.

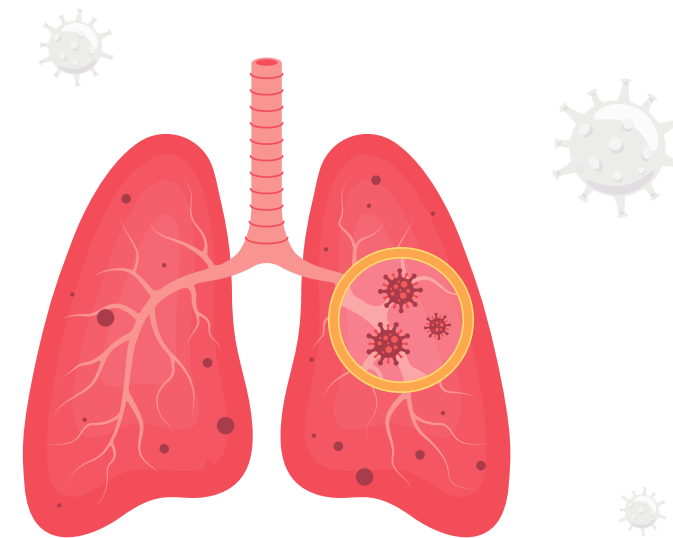
Вам нужно самоизолироваться дома и следить за развитием симптомов. В случае появления одышки при незначительной нагрузке, чувство стеснения в груди, высокой не снижающейся лихорадки, головных болях, слабости следует немедленно обратиться за медицинской помощью по телефону в территориальную поликлинику.



КОГДА МНЕ НУЖНО СДЕЛАТЬ ТЕСТ ПЦР НА COVID-19?

Согласно Постановлению Главного санитарного врача Республики Казахстан от 25 июня 2020 года №43 тестирование на коронавирусную инфекцию методом ПЦР проводится по направлению медицинских организации или территориального подразделения Департамента ККБТУ.

Тестированию методом ПЦР подлежат лица, госпитализированные в провизорный и инфекционный стационар с COVID-19, больные с ОРВИ и пневмониями, больные COVID-19, находящиеся на амбулаторном лечении и под медицинским наблюдением ПМСП согласно клиническому протоколу.



КОГДА МНЕ НУЖНО СДЕЛАТЬ КОМПЬЮТЕРНУЮ ТОМОГРАФИЮ ЛЕГКИХ?

Компьютерную томографию следует проходить только после консультации врача.

Компьютерная томография показана при наличии кашля, затрудненного дыхания, одышки, боли в груди при дыхании, лихорадке более 38,5С, выраженной интоксикации. Также, компьютерная томография показана при ухудшении симптомов для оценки прогрессирования, при возникновении подозрения на дополнительные осложнения: ТЭЛА, отек легкого, присоединение вторичной бактериальной инфекции и другие.

В случае отсутствия условий для проведения компьютерной томографии, возможно выполнение рентгенографии грудной клетки по тем же показаниям.



КОГДА МНЕ НУЖНО ПРИНИМАТЬ АНТИБИОТИКИ?

Только по назначению врача
 Антибиотики предназначены только для лечения
 бактериальных инфекций и не действуют против вирусов

КАК ЛЕЧИТЬСЯ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ?



В первую очередь оставайтесь дома, предупредите руководство на работе о наличии у вас симптомов вирусной инфекции, изолируйтесь от других членов семьи, позвоните в поликлинику, отправьте смс своему участковому врачу и сообщите о наличии у Вас симптомов вирусной инфекции. Специалистами поликлиники будет проводится дистанционное наблюдение за пациентом в амбулаторных условиях согласно клиническому протоколу диагностики и лечения коронавирусной инфекции.

При этом, необходимо ежедневно вести контроль за частотой дыхания, температурой тела, частотой пульса, одышки, появление или усиление кашля. Кроме того, необходимо обильное теплое питье (вода, чай, морсы), ограничить физическую активность.

При сохранении температуры более 3-5 дней или ее появлении после кратковременной нормализации, появлении/усилении кашля - сообщите об этом участковому врачу – он назначит вам соответствующее лечение.

При повышении частоты дыхания более 24 в минуту и выше, при усилении одышки при передвижении по комнате и разговоре, снижении показателя пульсоксиметрии ниже 95% (при наличии) сообщите участковому врачу или сделайте вызов скорой помощи - Вам будет предложена лечение на дому или госпитализация в круглосуточный стационар в зависимости от тяжести состояния.



АНАЛИЗ ПЦР ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ, НО СИМПТОМОВ НЕТ. ЧТО МНЕ ДЕЛАТЬ?

Оставайтесь дома, изолируйтесь от других членов семьи, наденьте маску, часто мойте руки и обрабатывайте спиртовым санитайзером, пользуйтесь индивидуальной посудой и часто проветривайте комнату. Предупредите руководство на работе о наличии у вас симптомов вирусной инфекции, позвоните в поликлинику, отправьте смс своему участковому врачу и сообщите о наличии у Вас симптомов.

Специалистами поликлиники будет проводится дистанционное наблюдение за пациентом в амбулаторных условиях согласно клиническому протоколу диагностики и лечения коронавирусной инфекции.

При этом, необходимо ежедневно вести контроль за частотой дыхания, температурой тела, частотой пульса, одышки, появление или усиление кашля. Кроме того, необходимо обильное теплое питье (вода, чай, морсы), ограничить физическую активность.



АНАЛИЗ ПЦР ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ, СИМПТОМЫ ЕСТЬ. ЧТО МНЕ ДЕЛАТЬ?

В первую очередь оставайтесь дома, предупредите руководство на работе о наличии у вас симптомов вирусной инфекции, изолируйтесь от других членов семьи, позвоните в поликлинику, отправьте смс своему участковому врачу и сообщите о наличии у Вас симптомов. Специалистами поликлиники будет проводится дистанционное наблюдение за пациентом в амбулаторных условиях согласно клиническому протоколу диагностики и лечения коронавирусной инфекции.

При этом, необходимо ежедневно вести контроль за частотой дыхания, температурой тела, частотой пульса, одышки, появление или усиление кашля. Кроме того, необходимо обильное теплое питье (вода, чай, морсы), ограничить физическую активность.



У МЕНЯ ОТРИЦАТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПЦР, НО ИМЕЮТСЯ СИМПТОМЫ КАШЕЛЬ, СЛАБОСТЬ И ТЕМПЕРАТУРА. ЧТО МНЕ ДЕЛАТЬ?

Необходимо ежедневно вести контроль за частотой дыхания, температурой тела, частота пульса, одышки, появление или усиление кашля. Кроме того, необходимо обильное теплое питье (вода, чай, морсы), ограничить физическую активность, при повышении температуры 38 и выше принимать парацетамол. Если есть хроническое заболевание (гипертензия, сахарный диабет, ишемическая болезнь сердца, хроническое заболевание легких, бронхиальная астма) продолжать лечение основного заболевания.

При сохранении температуры более 3-5 дней, появлении или усилении кашля следует обратиться к участковому врачу поликлиники.

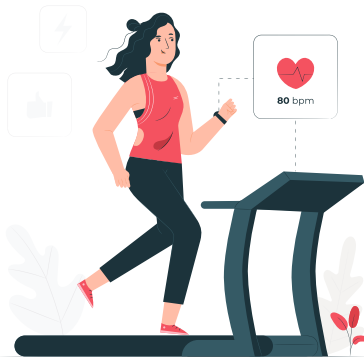


У МЕНЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПЦР, НО СИМПТОМОВ НЕТ. МОЖНО ЛИ МНЕ ВЫХОДИТЬ ИЗ ДОМА?

Нет. Вы являетесь пациентом с бессимптомной формой COVID-19. Вам нужно строго соблюдать карантинные требования, оставайтесь дома, предупредите руководство на работе о наличии у вас положительного анализа, изолируйтесь от других членов семьи, позвоните участковому врачу или отправьте СМС сообщение о наличии у вас положительного анализа ПЦР.

Не рекомендуется:

ходить по магазинам, гулять на улице и других общественных местах, принимать гостей, идти в лабораторию для сдачи тестов, анализов крови и т.п. – у вас уже есть клинические проявления и в период пандемии они расцениваются как проявления коронавирусной инфекции, независимо от положительного или отрицательного теста; идти в медицинские организации для проведения компьютерной томографии – изменения в легких появляются в определенный период болезни, в который вы можете не попасть, а небольшие изменения не изменят тактику Вашего лечения.



КАК ПРОВОДИТСЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ПАЦИЕНТА С КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Ранняя реабилитация проводится в стационаре. После выписки из стационара реабилитация проводится с помощью дистанционного консультирования у врачей поликлиники.

Цель реабилитации больных COVID-19: улучшить динамику дыхания, облегчение симптомов беспокойства и депрессии, снижение риска развития осложнений, восстановление функции и улучшение качества жизни.

Основные методы реабилитации:

- респираторная реабилитация – индивидуальный подбор дыхательных упражнений, согласно клиническим проявлениям, в том числе с использованием методов физиотерапии для улучшения дренажных функций;
- психологическая реабилитация и поддержка (оценка психического статуса);
- коррекция образа жизни (сбалансированное питание, отказ от курения, приобретение навыков ежедневных дозированных физических нагрузок, элементов закаливания)

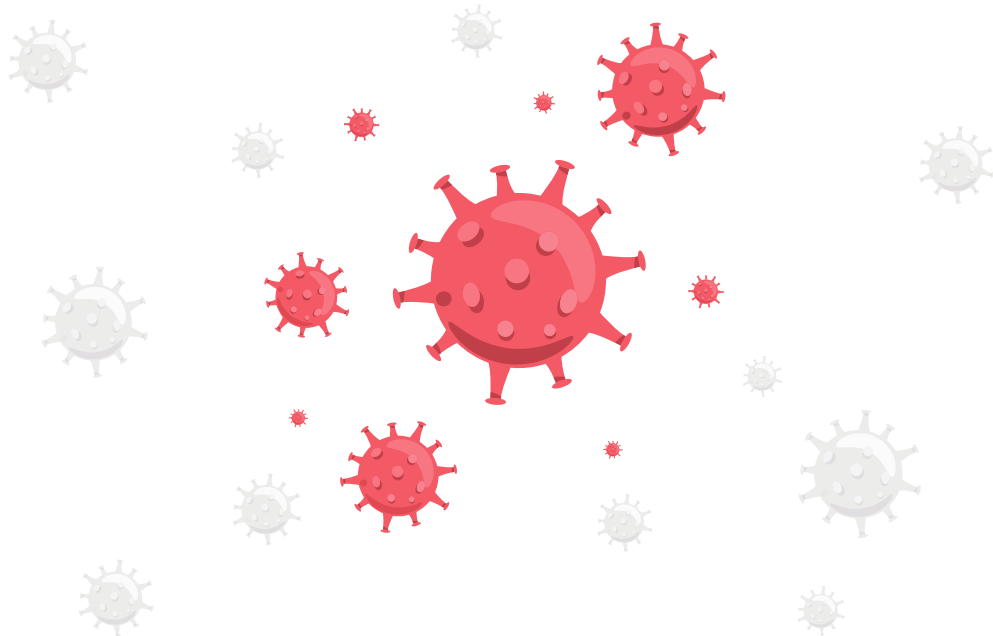


ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ Я УЗНАЛ, ЧТО КТО-ТО ИЗ МОЕГО ОКРУЖЕНИЯ ЗАБОЛЕЛ (в организованных коллективах, при посещении гостей)?

По возможности не посещать общественные места

Следить за своим состоянием

При этом, необходимо ежедневно вести контроль за частотой дыхания, температурой тела, частотой пульса, одышки, появление или усиление кашля. При появлении признаков заболевания обратиться в скорую помощь/ региональный call центр/участковому врачу



СКОЛЬКО ВРЕМЕНИ ПРОХОДИТ МЕЖДУ ЗАРАЖЕНИЕМ COVID-19 И ВОЗНИКНОВЕНИЕМ СИМПТОМОВ?

Продолжительность периода с момента заражения COVID-19 и появлением симптомов обычно составляет около 5-6 дней, но может варьироваться в пределах от 1 до 14 дней.



КАКОЕ ПРИНИМАТЬ ЛЕЧЕНИЕ, ЕСЛИ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ, А У МЕНЯ ЕЩЕ НЕТ СИМПТОМОВ?

Никакого дополнительного лечения не требуется

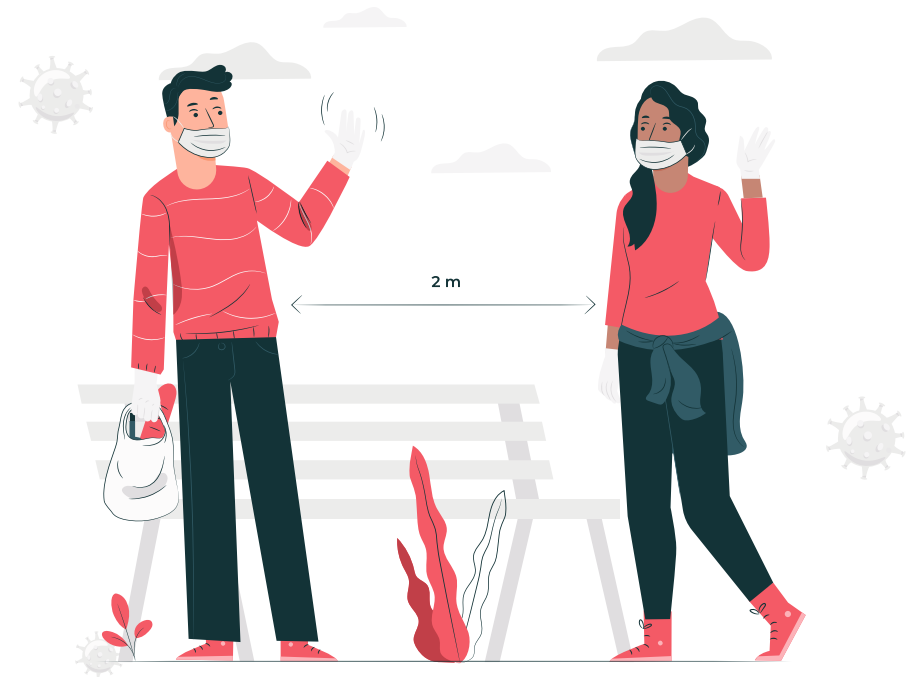
Следить за своим состоянием

При этом, необходимо ежедневно вести контроль за частотой дыхания, температурой тела, частотой пульса, одышки, появление или усиление кашля. При появлении признаков заболевания обратиться в скорую помощь/ региональный call центр/участковому врачу



КАКИЕ СИМПТОМЫ У КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ?

Симптомы коронавирусной инфекции схожи с ОРВИ и гриппом: чихание, недомогание, головные боли, повышение температуры, першение в горле, боль в груди, ускоренное сердцебиение, учащенное дыхание. В подавляющем большинстве случаев данные симптомы связаны не с коронавирусом, а с обычной ОРВИ.



КАК ПЕРЕДАЕТСЯ КОРОНАВИРУС?

Вирус COVID-19 передается следующим образом: воздушно-капельный (выделение вируса происходит при кашле, чихании, разговоре) - контактно-бытовой (через предметы обихода).



КАКИЕ МЕРЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КОРОНАВИРУСА СУЩЕСТВУЮТ?

Первое, что человек должен сделать, – соблюдать правила санитарной гигиены и воздержаться от посещения общественных мест, особенно, таких как торговые центры, базары и заведения общественного питания. Часто мойте руки и обрабатывайте специальными антисептическими средствами. Старайтесь держать в чистоте помещение, в котором находитесь: делайте влажную уборку и периодически проветривайте. Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете. Старайтесь не использовать общие бытовые предметы.



ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ У МЕНЯ ЕСТЬ ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЦА, ЛЕГКИХ И ДР.?

Строго соблюдать рекомендации Вашего врача, быть постоянно на связи

Продолжить прием лекарственных средств, ранее назначенных кардиологом, эндокринологом, пульмонологом и др. по поводу вашего заболевания

При ухудшении состояния по Вашему хроническому заболеванию (повышение артериального давления, изменение сахара в крови и др.) обратиться в скорую помощь/или к врачу, с которым вы находитесь в контакте

В ТЕЧЕНИЕ КАКОГО ВРЕМЕНИ МОГУТ ПРОЯВИТЬСЯ СИМПТОМЫ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ?

С момента заражения инкубационный период длится от 14 до 28 дней.



КАК ПРОХОДИТ ЛЕЧЕНИЕ КОРОНАВИРУСА?

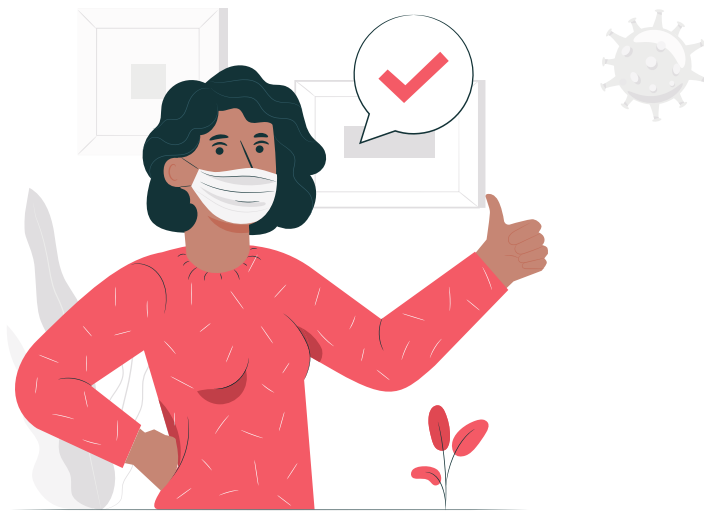
Лечение коронавируса проходит согласно установленному протоколу. Это симптоматическое лечение, применение специальных противовирусных препаратов и соблюдение правил личной гигиены.



ОБЯЗАТЕЛЬНА ЛИ ГОСПИТАЛИЗАЦИЯ ПРИ КОРОНАВИРУСЕ?

Можно ли получать лечение на дому?

Это зависит от личной ответственности каждого человека за свое здоровье. Домашний карантин возможен при соблюдении всех рекомендаций врача. При карантине людям нельзя покидать место своего проживания, посещать учебу и работу. Риск инфицирования членов семьи снижается, если соблюдать основные гигиенические требования — использовать маску, индивидуальную посуду, часто мыть руки и пользоваться кожными антисептиками, регулярно проветривать помещения. Ни в коем случае нельзя допускать контакта извне.



ОБЯЗАТЕЛЬНО ЛИ НОСИТЬ МАСКИ ЛЮДЯМ, КОТОРЫЕ НЕ БОЛЕЮТ? КАКИЕ ИМЕННО МАСКИ НУЖНО НОСИТЬ, ЧТОБЫ НЕ ЗАРАЗИТЬСЯ?

Здоровым людям необязательно носить маски. В случае использования рекомендуются приобрести трехслойные или респираторные маски №95.



КАКИЕ ВИТАМИНЫ МОЖНО ПРИНИМАТЬ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ?

Нет необходимости принимать специальные витамины. Сейчас людям важно хорошо питаться, особенно нужно есть свежие овощи и фрукты. Рекомендуется по возможности употреблять пищу домашнего приготовления.



В КАКИХ СЛУЧАЯХ СКОРАЯ ПОМОЩЬ ГОСПИТАЛИЗИРУЕТ В БОЛЬНИЦУ?

Согласно клиническому протоколу диагностики и лечения коронавирусной инфекции госпитализация пациента осуществляется после оценки общего состояния пациента, наличие одышки, частота дыхания в минуту, уровень насыщения кислородом крови (сатурация) и в зависимости от данных показателей определяется дальнейшая тактика.

При наличии у пациента тяжелого или среднетяжелого течения с факторами риска, такими как возраст старше 65 лет, наличие хронических заболеваний (сахарный диабет, болезни системы кровообращения, хронические заболевания легких, ХПН, беременность) осуществляется транспортировка пациента в стационар для дальнейшего лечения.

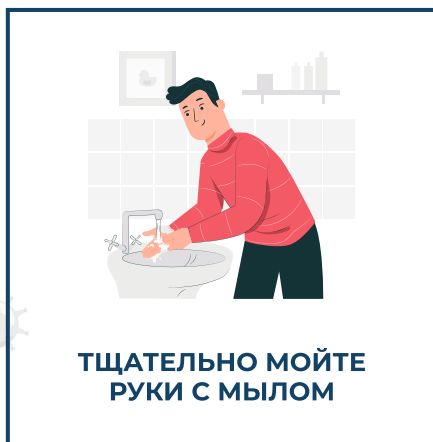


ИНФОРМАЦИЯ ПО CALL ЦЕНТРУ ССМП

Акмолинская область	8 7162 723286
Актюбинская область	8 7132 907070
Алматинская область	8 7282 412131
Атырауская область	8 7122 980292
Восточно-Казахстанская область	8 7232 701131
Жамбылская область	8 7262 437678
Западно-Казахстанская область	8 7112 518255
Карагандинская область	8 7212 566010
Костанайская область	8 7142 265382
Кызылординская область	8 7242 400001
Мангистауская область	8 7292 317555
Павлодарская область	8 7187 675208
Северо-Казахстанская область	8 7152 525059, 460008
Туркестанская область	109
г. Алматы	8 7273 000103
г. Шымкент	8 7252 539114
г. Нур-Султан	8 7172 705103

**STOP
COVID-19**

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ ОТ КОРОНАВИРУСА



**ПОМНИТЕ, ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЬЕ ВАШИХ
БЛИЗКИХ В ВАШИХ РУКАХ!**

