



Обновление от 26 июня 2020 года: информация все-ещё постоянно изменяется, и Комиссия по здравоохранению Бостона (ВРНС — Boston Public Health Commission) обновляет ее по мере получения новых сведений.

О новом типе коронавируса 2019

Новый тип коронавируса 2019 (SARS CoV-2, ранее известный как 2019-nCoV) вызывает заболевание, которое сегодня имеет название COVID-19. Коронавирусы (CoV) — это большое семейство вирусов, некоторые из которых, могут вызывать инфекционные заболевания — от обычной простуды до более серьезных болезней.

Примерами коронавируса, которые могут привести к серьезным заболеваниям, относятся вирус ближневосточного респираторного синдрома (MERS-CoV) и вирус тяжелого острого респираторного синдрома (SARS-CoV).

О распространении COVID-19

В основном, COVID-19 передается от человека к человеку. Заражение происходит от мельчайших капелек, которые вырабатываются у заболевшего человека, при чиханий или кашле. Эти капельки могут попасть на людей, находящихся вблизи от заболевшего человека (на расстоянии около 2 метров). Также человек может заразиться COVID-19, прикоснувшись сначала к зараженной поверхности или предмету, а затем к собственному рту, носу или глазам.

О признаках и симптомах COVID-19

Симптомы COVID-19 могут включать, но не ограничиваться

- лихорадкой (резкое повышение температуры тела) и ознобом
- кашлем
- затрудненным дыханием и одышкой
- утомлением и слабостью
- болью в теле и мышцах
- головной болью
- потерей вкуса и обоняния
- болью в горле
- заложенностью носа и насморком
- тошнотой и рвотой
- диареей

В тяжелых случаях инфекция может вызвать пневмонию, тяжелый острый респираторный синдром, нарушение функции почек и даже смерть.

Симптомы COVID-19 могут быть похожи на симптомы гриппа, характеризующиеся мышечной болью, сопровождающей респираторные проявления.

Кто в группе риска тяжелых осложнений в случае COVID-19?

Некоторые группы людей подвержены более высокому риску осложнений данного заболевания. Сюда входят:

- пожилые люди,
- люди с хроническими заболеваниями, включающими, но не ограниченными такими как хронические болезни почек, COPD (заболевание легких), состояние с ослабленным иммунитетом (ослабленная иммунная система при трансплантации органов), болезни сердца, диабет, ожирение, серповидно-клеточная анемия

Если Вы принадлежите к группе повышенного риска осложнений COVID-19, Вам следует:

- Максимально изолируйте себя от других. Оставайтесь дома.
- Запаситесь необходимым, включая лекарства.
- Принимайте ежедневные меры предосторожности, чтобы поддерживать расстояние между Вами и другими людьми.
- Когда Вы выходите из дома, держитесь подальше от тех, кто болен, минимизируйте близкие контакты (расстояние меньше 2м) и часто мойте руки.
- Избегайте людных мест.
- Избегайте поездок, особенно круизных путешествий и неважных авиаперелетов.

Как можно предотвратить COVID-19?

В настоящее время от COVID-19 нет вакцины. Наилучший способ защитить себя от инфекции — избегать контакта с вирусом. Для предотвращения распространения респираторных вирусных инфекций ВРНС советует придерживаться обычных мер предосторожности, а именно:

- часто мыть руки водой с мылом в течение не менее 20 секунд;
- пользоваться спиртовыми антисептическими средствами для рук;
- избегать касаний немытыми руками глаз, носа или рта;
- избегать близкого контакта с больными людьми;
- оставаться дома, если Вы уже заболели;
- прикрывать нос и рот салфеткой или локтем, когда кашляете или чихаете;
- мыть или дезинфицировать руки прежде чем коснуться лица;
- не делиться едой и питьем, не использовать общую посуду и столовые приборы;
- очищать и дезинфицировать предметы и поверхности к которым часто прикасаетесь.

а также особые меры предосторожности для COVID-19 в общественных местах:

- Старайтесь держаться на расстоянии 6 футов (не менее 2м) от других.
- Носить защитную маску (прикрывать нос и рот).

Если Вы плохо себя чувствуете, у Вас поднялась температура, появился кашель, затрудненное дыхание или другие симптомы COVID-19, вам следует:

- Сразу же обратитесь за медицинской помощью. До того как Вы поедете к доктору или в отделение неотложной помощи, позвоните туда и сообщите о Ваших симптомах.
- Избегайте контакта с другими людьми.
- Не путешествуйте, пока Вы больны.
- Прикрывайте нос и рот салфеткой или рукавом (не ладонями), когда Вы чихаете или кашляете.

- Часто мойте руки водой с мылом в течение не менее 20 секунд. Пользоваться антисептическим средством для рук, если нет возможности помыть руки с мылом.

Медработники, работающие с пациентами, или другие работники медицинской сферы; сотрудники неотложных служб (работники скорой помощи, пожарные, полицейские) должны пройти обследование (тестирование) на наличие COVID-19 всякий раз, когда они чувствуют симптомы, похожие на симптомы COVID-19. Люди, находящиеся в контакте с кем-то, у кого диагностирован COVID-19, должны также пройти тестирование.

Могу ли я путешествовать в это время?

Заболевание COVID-19 зарегистрировано по всему миру и во всех штатах США. В большинстве частей света введены ограничения на передвижения. Избегайте поездок. Отложите запланированные.

О диагностике COVID-19

Если у Вас появились симптомы, похожие на симптомы COVID-19 и у Вас была возможность заразиться COVID-19, Ваш доктор может протестировать Вас на наличие вируса.

Доктор также должен получить полную информацию о контактах и медицинской истории пациента с лихорадкой и проявившимися респираторными симптомами.

О лечении COVID-19

Специального противовирусного лечения, рекомендованного в случае COVID-19, не существует. Люди, инфицированные вирусом COVID-19, получают поддерживающую терапию и помощь, направленную на облегчение симптомов. Большинство людей с COVID-19 не требуется госпитализация и они могут находиться дома. Люди, полагающие, что они возможно заразились COVID-19, должны немедленно обратиться к своему лечащему врачу.

