

Что вы можете сделать, если вы находитесь в группе повышенного риска развития тяжелых осложнений, вызванных COVID-19



Исходя из того, что мы знаем сейчас, к тем, кто находится в группе повышенного риска развития тяжелых осложнений от COVID-19, относятся:

- Пожилые люди
- **Люди любого возраста со следующими заболеваниями:**
 - Злокачественная опухоль
 - Хроническое заболевание почек
 - Хронические заболевания легких, включая ХОБЛ (хроническую обструктивную болезнь легких), астму (средней или тяжелой степени), интерстициальную болезнь легких, муковисцидоз и легочную гипертензию
 - Деменция или другие неврологические заболевания
 - Диабет (тип 1 или 2)
 - Синдром Дауна
 - Сердечно-сосудистые заболевания (например, сердечная недостаточность, ишемическая болезнь сердца, кардиомиопатии или гипертония)
 - ВИЧ-инфекция
- Иммунная недостаточность (ослабленная иммунная система)
- Заболевание печени
- Избыточный вес и ожирение
- Беременность
- Серповидно-клеточная анемия или талассемия
- Курение, продолжающееся или в анамнезе
- Трансплантация солидного органа или стволовых клеток крови
- Инсульт или цереброваскулярное заболевание с нарушением мозгового кровообращения
- Расстройства, вызванные употреблением психоактивных веществ



Если вы заболели, вызовите врача.

Для получения дополнительной информации о мерах, которые вы можете предпринять, чтобы защитить себя, смотрите раздел веб-сайта Центра по контролю и профилактике заболеваний США (CDC) «Как защитить себя» (How to Protect Yourself).

cdc.gov/coronavirus

Как защитить себя и других:



Перед отъездом



Посетите ваше медицинское учреждение и подготовьте свою медицинскую документацию.



Получите 12-недельный запас лекарств.



Обсудите со своим лечащим врачом возможность вакцинации от COVID-19.



Вам понадобится сдать тест на вирус COVID-19 не более чем за 3 дня до поездки или получить документальное подтверждение о том, что вы переболели * COVID-19.

* Документация о перенесенном заболевании включает в себя подтвержденный положительный результат теста на вирус в течение последних 3 месяцев и справку из медицинского учреждения или учреждения общественного здравоохранения о том, что вы получили разрешение на поездку.



Во время поездки



Даже если вы прошли вакцинацию, носите маску, которая полностью закрывает ваш нос и рот и плотно прилегает к лицу по бокам.



Часто мойте руки или используйте антибактериальное средство для рук на спиртовой основе.



Избегайте тесного контакта (2 метра/ 6 футов) с людьми, которые не живут вместе с вами.



Если в поездке вы почувствуете себя плохо, поставьте в известность MOM и сотрудников авиакомпании.



После возвращения



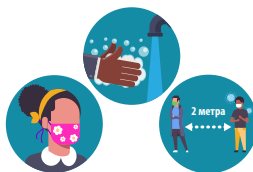
Свяжитесь с представителем службы социальной поддержки населения в своем регионе, курирующим данные вопросы, и ознакомьтесь с соответствующими требованиями и рекомендациями.



Отслеживайте симптомы COVID-19. Измерьте температуру, если вы почувствовали себя плохо.



Если вы еще не сделали прививку, проконсультируйтесь в своем медицинском учреждении или в службе социальной поддержки населения о возможности вакцинации от COVID-19.



Следуйте рекомендациям, перечисленным в разделе «во время поездки» до тех пор, пока вы не пройдете полный курс вакцинации от COVID-19 (2 недели после последней прививки).



Если вы заболели и думаете, что у вас COVID-19:



Оставайтесь дома. Избегайте тесного контакта с другими людьми как можно дольше.



Свяжитесь со своим медицинским учреждением и службой социальной поддержки населения. Если для разговора с лечащим врачом вам нужен переводчик, работник службы социальной поддержки населения может вам помочь.



Если у вас появились признаки серьезного заболевания (включая проблемы с дыханием), позвоните по номеру 911 и немедленно обратитесь за медицинской помощью.