

Благодарим Вас за то, что прошли тестирование

Сегодня Вас проверяют на коронавирус, вызывающий COVID-19. Тестирование — это лучший способ обнаружить и замедлить распространение этого вируса.

Сейчас так много новых случаев заражения COVID-19, поэтому группа по проблемам здравоохранения, возможно, не сможет позвонить Вам, если результат теста окажется положительным. Приведенные ниже инструкции помогут Вам понять, какие шаги Вам следует предпринять после прохождения тестирования сегодня.

Пока Вы ждете результаты теста

Начиная с сегодняшнего дня, оставайтесь дома и не приближайтесь к другим людям.

- Предполагается, что Вы заражены и можете передать вирус другим людям.
- Убедитесь, что предоставили нам правильный номер телефона. Мы позвоним Вам или отправим Вам текстовое сообщение с результатами, но на это может уйти больше недели.

Составьте список всех, с кем Вы недавно находились в тесном контакте.

- **Тесный контакт** означает пребывание на протяжении дня в течение 15 минут на расстоянии 6 футов от человека в маске или без нее.
- **Если у Вас не появятся никаких симптомов**, перечислите всех людей, с которыми Вы находились в тесном контакте за два дня до прохождения тестирования.
- **Если у Вас появятся симптомы**, перечислите всех людей, с которыми Вы находились в тесном контакте за два дня до появления симптомов.

Если результат теста положительный

В Вашем теле есть вирус, и Вы можете передать его другим людям. Вам следует:

1. **Изолироваться дома.** Оставайтесь дома и держитесь подальше от других людей, включая членов Вашей семьи.

- Если Вы больны, оставайтесь дома в течение 10 дней с момента появления симптомов и убедитесь, что у Вас не было температуры в течение 24 часов без приема лекарственных препаратов, прежде чем приближаться к другим людям.
 - Если у Вас нет симптомов, изолируйтесь на 10 дней с сегодняшнего дня (дня прохождения тестирования).
2. **Незамедлительно позвоните или напишите тем людям, с которыми Вы близко контактировали.** Сроки имеют большое значение! Сообщите каждому человеку в Вашем списке, что результат вашего теста на COVID-19 был положительным. Люди наиболее заразны в течение двух дней, прежде чем у них появятся симптомы, а у некоторых людей симптомы не проявляются. Если Вы сможете связаться со своими друзьями и семьей в течение четырех дней после их контакта с Вами, Вы сможете уберечь следующего человека от заражения COVID-19.
 3. **Скажите людям, с которыми Вы контактировали, чтобы они оставались дома, держались на расстоянии от других людей и прошли тестирование.** Они могут поговорить со своими врачами о прохождении тестирования, позвонить по телефону 2-1-1, если у них нет врача, или пройти тестирование в местном лабораторном пункте. Лучше всего, если они подождут как минимум четыре дня с момента последнего контакта с Вами, прежде чем проходить тестирование. Тестирование может оказаться неэффективным, если они выполнят его слишком рано. Если результат теста положительный, им следует изолироваться и проинформировать об этом всех, с кем они находились в тесном контакте.
 4. **Людям, с которыми Вы контактировали, следует запланировать карантин дома** в течение 14 дней после последнего взаимодействия с Вами. Симптомы COVID-19 проявляются в течение 2–14 дней. Если у людей, с которыми Вы контактировали, нет симптомов и они не проживают в учреждении долгосрочного ухода, их карантин может закончиться через 10 дней. Люди, с которыми Вы контактировали, также могут завершить карантин через семь дней, если у них отрицательный результат теста на антиген или полимеразную цепную реакцию, который был проведен менее чем за 48 часов до завершения карантина. Если они живут с кем-либо из группы риска развития серьезных осложнений, им необходимо оставаться на карантине в течение полных 14 дней. Существует небольшая, но все же реальная вероятность того, что они могут передавать вирус, если досрочно завершат карантин. Поэтому люди, с которыми Вы контактировали, должны ежедневно продолжать следить за симптомами на протяжении всех 14 дней карантина. Если симптомы появятся, следует снова начать соблюдать карантин, уведомить местный отдел общественного здравоохранения и позвонить своему врачу, чтобы обсудить проведение тестирования.
 5. **Ответьте на звонок, если Вам позвонит группа по проблемам здравоохранения.** Скажите людям, с которыми Вы близко контактировали,

чтобы они также ответили на звонок группы по проблемам здравоохранения.

Если результат Вашего теста отрицательный

- Если Вы находились в тесном контакте с кем-либо, кто болеет COVID-19, значит, Вы заразились вирусом. **Даже если результат Вашего теста отрицательный, Вам нужно оставаться дома отдельно от других людей (на карантине) в течение 14 дней** с момента Вашего последнего пребывания рядом с этим человеком. Если у Вас нет симптомов и Вы не проживаете в учреждении долгосрочного ухода, карантин может закончиться через 10 дней. Вы также можете завершить карантин через семь дней, если у Вас отрицательный результат теста на антиген или полимеразную цепную реакцию, который был проведен менее чем за 48 часов до завершения карантина. Если Вы живете с кем-либо из группы риска развития серьезных осложнений, необходимо оставаться на карантине в течение полных 14 дней. Существует небольшая, но реальная вероятность передачи вируса, если Вы завершите карантин раньше. Таким образом, Вы должны продолжать ежедневно следить за симптомами в течение всех 14 дней карантина. Если появятся симптомы, Вам следует снова начать соблюдать карантин, уведомить местный отдел общественного здравоохранения и позвонить своему врачу, чтобы обсудить проведение тестирования.
- **Следуйте всем инструкциям своего врача.**
- **Продолжайте соблюдать повседневные меры предосторожности, чтобы защитить себя и других.**
- **Если Вы заболели и Вам не становится лучше**, поговорите со своим врачом или свяжитесь с клиникой. Возможно, Вы заболели чем-то другим, помимо COVID-19.

Если Вы уже болеете или только что заболели

- **Позаботьтесь о себе.** Отдыхайте и пейте много жидкости. Позвоните своему врачу или в клинику, чтобы узнать, можно ли Вам принимать лекарственные препараты, которые помогут Вам почувствовать себя лучше.
- **Оставайтесь на связи с Вашим врачом.** Позвоните перед тем, как пойти в клинику или к врачу. Если у Вас нет врача, позвоните по номеру 211. Вам помогут получить медицинскую помощь, даже если у Вас нет медицинской страховки. Доступны услуги переводчиков.
- **Вам может стать хуже. Обратитесь к своему врачу или в клинику за получением медицинской помощи.**
- **Позвоните в службу 911 или обратитесь в местный пункт неотложной помощи, если у Вас появятся следующие тяжелые симптомы:**

- Трудности с дыханием
- Боль или давление в груди или в животе
- Неспособность пить или сдерживать вывод жидкостей
- Появление спутанности сознания или невозможности прийти в себя
- Синюшные губы или лицо

Есть вопросы?

Посетите веб-сайт [OR-OHA-COVID-19](#) или веб-сайт местного департамента здравоохранения, чтобы получить дополнительную информацию о том, что делать при положительном результате теста на COVID-19, как самоизолироваться или принять карантинные меры и как получить поддержку, чтобы оставаться дома.

Управление здравоохранения штата Орегон выражает признательность и благодарность Департаменту здравоохранения округа Малтнома за проделанную работу по созданию этого документа и за его распространение среди всех жителей штата Орегон.

Доступность документа: для лиц с ограниченными возможностями или лиц, говорящих на языке, отличном от английского, ОНА может предоставить информацию в альтернативных форматах, например, в переводе, крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Свяжитесь с Информационным центром здравоохранения по номеру телефона: 1-971-673-2411, 711 ТТУ или по адресу COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us.