

Порядок выписки пациентов, у которых по результатам анализа обнаружена коронавирусная инфекция COVID-19

У вас недавно была диагностирована коронавирусная инфекция (COVID-19). Текущее состояние вашего здоровья позволяет лечиться в домашних условиях. По возвращении домой вы должны отдыхать, потреблять в больших количествах жидкость и много спать. Вы можете на протяжении нескольких дней продолжать испытывать боль в теле, усталость и (или) потерю вкусовых ощущений и обоняния — это характерное состояние после серьезного вирусного заболевания. Если симптомы ухудшаются, позвоните врачу или немедленно обратитесь за медицинской помощью.

Вы **ОБЯЗАНЫ** находиться дома в режиме самоизоляции (карантина) и вправе выйти из него при наступлении **КАЖДОГО** из следующих трех событий:

1. у вас не было лихорадки (температура ниже 100,0° по Фаренгейту или ниже 38,0° по Цельсию) последовательно в течение не менее 72 часов без приема препаратов для снижения температуры (например, аспирин, ацетаминофен), И
2. симптомы респираторной инфекции проходят; И
3. с начала болезни прошло не менее 10 дней.

Повторное тестирование **НЕ ЯВЛЯЕТСЯ** необходимым, поскольку анализ методом ПЦР у пациентов, перенесших COVID-19, может оставаться положительным 90 дней, хотя они уже не являются переносчиками.

По возвращении домой соблюдайте следующие меры предосторожности:

КТО (люди и домашние питомцы, на которые следует обратить внимание)

- Режим самоизоляции (карантина) обязателен до тех пор, пока не будут выполнены 3 перечисленные выше критерия.
- Проявляйте особую осторожность, если в вашем доме есть пожилые люди или лица с серьезными заболеваниями, поскольку у представителей этих категорий симптомы этого инфекционного заболевания могут проявиться в более тяжелой форме.
- Не контактируйте с домашними или другими животными во время болезни.

ГДЕ (рекомендации по соблюдению безопасного расстояния)

- Выходите из дома только в случаях, когда это необходимо для получения медицинской помощи.

Порядок выписки пациентов, у которых по результатам анализа обнаружена коронавирусная инфекция COVID-19

- Не ходите на работу, в школу и не посещайте общественные места; избегайте использования общественного транспорта, совместного использования автомобиля для проезда или поездок на такси.
- Вы должны, насколько это возможно, находиться в отдельной комнате и на расстоянии от других людей в доме. Если возможно, обязательно пользуйтесь отдельной ванной комнатой (туалетом)
- В соответствии с рекомендациями Центров по контролю и профилактике заболеваний (CDC), вы должны во избежание распространения инфекции оставаться дома и свести к минимуму контакт с другими людьми.

ЧТО (объекты/поверхности, на которые следует обратить внимание)

- Избегайте совместного использования личных предметов домашнего обихода. Пользуйтесь отдельной посудой, стаканами, чашками, столовыми приборами, полотенцами и постельными принадлежностями. Не делите их с другими людьми или домашними животными в своем доме. После использования тщательно вымойте эти предметы с мылом и водой.
- Ежедневно очищайте все часто используемые поверхности и предметы. Часто используемые поверхности и предметы включают в себя: рабочие поверхности, столешницы, дверные ручки, сантехнику, в том числе унитазы, телефоны, клавиатуры, планшеты и прикроватные тумбочки. Кроме того, мойте все поверхности, на которых могут быть остатки крови, кала или выделений.
- Используйте бытовые чистящие спреи или протирайте часто используемые поверхности в соответствии с инструкциями по применению.

КАК (рекомендации по мытью рук и борьбе с бактериями)

- Часто мойте руки. Мойте руки с мылом и водой не менее 20 секунд. Если мыла и воды нет, очистите руки средством для дезинфекции рук, содержащим не менее 60% спирта. Нанесите его на всю поверхность рук и протирайте одну руку другой до высыхания. Если на руках заметна грязь, желательнее пользоваться мылом и водой.
- Не прикасайтесь к глазам, носу и рту неммытыми руками.
- Прикрывайте рот и нос салфеткой, когда кашляете или чихаете.
- Выбрасывайте использованные салфетки в мусорный бак с пакетом. Сразу вымойте руки с мылом и водой или обработайте их средством для дезинфекции рук.

КОГДА (рекомендации по обращению за медицинской помощью)

- Меряйте температуру несколько раз в день

Порядок выписки пациентов, у которых по результатам анализа обнаружена коронавирусная инфекция COVID-19

- Если ваше самочувствие ухудшается (заложенность носа, боли в груди, кашель или лихорадка), позвоните врачу.
- Большинство последующих визитов к нашим врачам можно запланировать как удаленную консультацию по видеосвязи или по телефону.
 - Для посещения консультации по видеосвязи вам НЕОБХОДИМО иметь учетную запись MyChart; пожалуйста, перейдите по ссылке <https://mychart.mountsinai.org/mychart/accesscheck.asp>, чтобы создать учетную запись.
- Если у вас затруднено дыхание, обратитесь за медицинской помощью немедленно
- По возможности позвоните заранее и сообщите медицинским работникам, что у вас по результатам анализа обнаружена коронавирусная инфекция COVID-19.
- При входе в учреждение попросите маску для лица.
- Благодаря этим мерам ваше медицинское учреждение защищает других людей в кабинете или приемной от заражения или контакта.
- По возможности наденьте маску для лица еще до прибытия скорой медицинской помощи.

Что сообщить близким?

- Члены семьи, сексуальные партнеры, лица, осуществляющие уход, а также любые лица, которые с вами контактировали, должны следить за своим самочувствием на предмет симптомов ОРВИ, и им скорее всего потребуется карантин продолжительностью 10 дней (начиная с даты последнего контакта). При появлении симптомов, которые могут быть вызваны коронавирусной инфекцией COVID-19, включая лихорадку, кашель или одышку, следует позвонить в медицинское учреждение. Для получения информации об особенностях карантинного режима обратитесь в местный департамент здравоохранения..

Анализ крови на наличие антител Covid-19 и донорство плазмы для помощи другим:

Если вы хотите сдать анализ крови на наличие антител к COVID-19 и узнать, соответствуете ли вы требованиям к донорам плазмы, перейдите по ссылке www.mountsinai.org/SinaiPlasmaDonation и заполните форму предварительной проверки.

Донором может быть человек в возрасте 18–65 лет, если с момента появления у него симптомов прошло не менее 21 дня, а с момента полного выздоровления (отсутствие любых симптомов) — не менее 14 дней.

Порядок выписки пациентов, у которых по результатам анализа обнаружена коронавирусная инфекция COVID-19

Для получения дополнительной информации обращайтесь по адресу SinaiPlasmaDonation@mountsinai.org или по телефону 212-241-3424.

С дополнительными вопросами или запросами обращайтесь на горячую линию по номеру 646-605-5959 или СМС-сообщением на номер 4-74624. Персонал работает без выходных с 9:00 до 17:00.

Если вы нуждаетесь в экстренной медицинской помощи, позвоните по номеру 911 и обязательно сообщите, что у вас диагностирован коронавирус COVID-19. При наличии маски для лица наденьте ее еще до прибытия скорой медицинской помощи.

Дополнительную информацию можно найти на следующих ресурсах:

Департамент здравоохранения штата Нью-Йорк (DOH)

<https://www.health.ny.gov/diseases/communicable/coronavirus/>

Номера телефонов местных отделений DOH

- Округ Нассау: 516 227-9500
- Город Нью-Йорк: 347 396-4131
- Округ Рокленд: 845 364-2512
- Округ Саффолк: 631 854-0100
- Округ Уэстчестер: 914 864-7292

Центры по контролю и профилактике заболеваний

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html>