

# Что делать, если вы болеете COVID-19 в легкой или умеренной форме?



Всемирная организация здравоохранения

Европейское региональное бюро

Если у вас есть подозрение на COVID-19 или подтвержденное заболевание, но при этом отсутствуют симптомы или заболевание протекает в легкой или умеренной форме, ваш врач может рекомендовать уход на дому вместо госпитализации.

**Не выходите из дома.** Если у вас COVID-19, максимально ограничьте любые контакты с другими людьми. Если находиться в отдельной комнате во время домашнего ухода невозможно, старайтесь держаться от домочадцев на расстоянии не менее одного метра.

**Соблюдайте рекомендации органов здравоохранения вашей страны** в отношении мер самоизоляции. ВОЗ рекомендует следующее:

- При отсутствии каких-либо симптомов вы должны оставаться дома в течение 10 дней после получения положительного результата теста на COVID-19.
- При наличии симптомов COVID-19 вы должны оставаться дома в течение 10 дней после их появления и еще три дня после прекращения всех симптомов.

**Проветривайте помещение.** Ваша комната должна регулярно проветриваться. По возможности старайтесь держать окна открытыми.

**Следите за состоянием своего здоровья.** Незамедлительно обратитесь к врачу, если у вас COVID-19 и наблюдаются следующие симптомы:

- головокружение
- сильная усталость
- боли в груди
- затрудненное дыхание
- обезвоживание
- ухудшение психического состояния.

**Не используйте антибиотики.** Антибиотики не являются средством профилактики или лечения COVID-19. В то же время в случае выявления у вас бактериальной инфекции при госпитализации в связи с COVID-19 вам могут быть назначены антибактериальные препараты.

**Попросите своего врача** назначить вам обезболивающие средства или препараты для снижения температуры в случае необходимости. В настоящее время специального лечения COVID-19 не существует.

**Продолжайте принимать свои обычные лекарства,** если у вас есть какие-либо хронические заболевания. По возможности постарайтесь обеспечить месячный запас таких лекарств и в случае ухудшения состояния незамедлительно свяжитесь с врачом.

**Отдыхайте,** придерживайтесь нормального режима питания и питьевого режима.



Узнайте больше об уходе на дому, если у вас COVID-19, нажав [здесь](#) или отсканируйте QR-код:

