

COVID-19: Ключевые сообщения

5 / 25 / 2021

Коронавирусная инфекция 2019 (COVID-19) – респираторное заболевание. Мы все еще узнаем новую информацию о COVID-19. Вот несколько аспектов о COVID-19, которые вам следует знать, чтобы лучше защитить своих близких, сотрудников, соседей.

Заразиться этим заболеванием может любой человек в любом возрасте. У некоторых людей болезнь протекает тяжелее, чем у других. Люди могут являться носителями вируса COVID-19 и инфицировать других, даже если они сами не чувствуют симптомов заболевания.

Симптомы

У некоторых людей при заражении инфекцией COVID-19 болезнь носила слабовыраженный характер. У других болезнь проявлялась в очень тяжелой форме. Среди симптомов заболевания:

- температура
- кашель
- нехватка дыхания
- озноб
- головная боль
- боль в мышцах
- боль в горле
- усталость
- заложенность носа или насморк
- потеря вкуса или запаха

К реже встречаемым признакам заболевания относятся симптомы желудочно-кишечного тракта, например: тошнота, рвота или диарея.

Если вы чувствуете, что больны, сдайте анализы. Чтобы найти близлежащий центр тестирования, зайдите на сайт [Тестирование на COVID-19](http://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/testsites/index.html) (www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/testsites/index.html).

Позвоните своему лечащему врачу, если у вас есть вопросы или вас беспокоят появившиеся симптомы.

Защитите себя, своих близких, коллег и соседей

Сократите свой риск заболевания или заражения других людей вирусом COVID-19.

Пройдите вакцинацию. Любой житель штата Миннесота в возрасте от 12 лет и старше может пройти вакцинацию бесплатно.

- Просмотрите [Адреса центров вакцинации \(mn.gov/covid19/vaccine/find-vaccine/locations/index.jsp\)](https://mn.gov/covid19/vaccine/find-vaccine/locations/index.jsp) и запишитесь на вакцинацию. Возможно, вы сможете пройти вакцинацию без предварительной записи в некоторых центрах.
- Две дозы необходимы при вакцинации против COVID-19 препаратами производства Pfizer и Moderna, однако всего одна доза требуется для вакцины производства компании Johnson & Johnson.
- После получения последней дозы вакцины организму потребуется две недели для выработки иммунитета против заболевания (процесс вакцинации завершен).

Если вы не вакцинировались (в том числе дети):

- Носите маску в помещении на работе, в общественных местах и среди людей, проживающих не с вами, а также одевайте маску на улице, если вы не можете соблюдать дистанцию как минимум в 6 футов (2 метра) от других.
- Соблюдайте дистанцию как минимум в 6 футов (2 метра) от людей, которые не проживают с вами.

Не зависимо от того, прошли вы вакцинацию или нет, Департамент здравоохранения штата Миннесота настоятельно рекомендует вам следующее:

- Часто мойте руки.
- Выполняйте требования по соблюдению карантина, если вы находились в контакте с инфицированным COVID-19. Полностью прошедшим вакцинацию людям, возможно, не нужно соблюдать карантин во многих ситуациях.
- Оставайтесь дома, если вы чувствуете, что больны.
- Выполняйте рекомендации по тестированию в период путешествий, при наличии у вас симптомов заболевания, а также при контакте с инфицированным COVID-19.
- Работайте в удаленном режиме из дома, если это возможно.

Узнайте больше

Получайте наиболее актуальную информацию о COVID-19 на следующих вебсайтах:

- [Коронавирусная инфекция 2019 \(COVID-19\) \(www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/index.html\)](https://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/index.html)
- [Реагирование штата Миннесота на пандемию COVID-19 \(mn.gov/covid19/\)](https://mn.gov/covid19/)
- [CDC: Коронавирусная инфекция 2019 \(COVID-19\) \(www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html\)](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html)



Minnesota Department of Health | health.mn.gov | 651-201-5000
625 Robert Street North PO Box 64975, St. Paul, MN 55164-0975

Обращайтесь по адресу health.communications@state.mn.us для запроса информации в альтернативном формате. (Russian)