

## **Компания «СОГАЗ-Мед» информирует о порядке действий в случае бессимптомного или легкого течения заболевания COVID-19**

Минздрав РФ разработал памятку с алгоритмом действий граждан при бессимптомном или легком течении заболевания COVID-19 и ОРВИ. Она предназначена для амбулаторных пациентов и включает также меры профилактики. Алгоритмы действий отличаются в зависимости от состояния, наличия хронических заболеваний, показателей сатурации, температуры и сроков вакцинации.

Рекомендации разработаны для людей из группы риска<sup>1</sup>, для граждан, которые не входят в эту категорию, а также для тех, кто еще не вакцинирован, и для детей.

### **Вариант 1. Гражданин вакцинирован/ревакцинирован или ранее переболел, симптомов болезни нет, ПЦР-тест на COVID-19 положительный**

Для тех, кто перенес COVID-19 менее 6 месяцев назад либо прошел вакцинацию/ревакцинацию, но получил положительный результат теста ПЦР, при отсутствии симптомов специализированное лечение не требуется. Необходимо самоизолироваться дома и измерять температуру не реже 1 раза в сутки. Листок нетрудоспособности таким гражданам будет оформлен в поликлинике заочно.

### **Вариант 2. Гражданин вакцинирован/ревакцинирован или ранее переболел, присутствуют симптомы ОРВИ, ПЦР-тест на COVID-19 не делался**

При наличии у граждан таких симптомов, как кашель, насморк, першение или боль в горле, повышение температуры до 37,5, при этом ПЦР-тест пока не пройден, а сами заболевшие **не относятся к группе риска** – рекомендуется выполнять следующие действия:

- самоизолироваться дома, по возможности – в отдельной комнате от членов семьи, соблюдать масочный режим, один раз в три часа проветривать комнату;
- при необходимости удаленно открыть листок временной нетрудоспособности, позвонив для этого по номеру 122 либо в call-центр той поликлиники, к которой прикреплен гражданин;
- следить за уровнем кислорода в крови, при падении ниже уровня 95-96% обязательно связаться с врачом;
- не реже 3 раз в сутки измерять температуру;
- употреблять не менее 2 литров воды в день, если температура повышена;
- для облегчения симптомов можно применять противовирусные средства – капли или спрей в нос (беременным – только по назначению врача);
- для снятия заложенности носа применять солевые растворы, можно на основе морской воды;
- для снятия боли в горле допустимо применять местные средства – растворы для полоскания, пастилки для рассасывания, спреи;
- если температура повысилась до 38 и выше – следует принять жаропонижающее;
- регулярно принимать препараты витаминов С и D;

### **Если состояние продолжает ухудшаться:**

- при повышении температуры выше 38,0 в течение 2-х суток и более, не смотря на прием жаропонижающих средств, следует позвонить по номеру 122 либо в

---

<sup>1</sup> Группа риска – граждане в возрасте от 60 лет и старше, или имеющие хронические заболевания (сахарный диабет, сердечно-сосудистые, онкологические заболевания, хронические заболевания почек и печени, иммунодефицитные состояния), лишний вес.

- call-центр той поликлиники, к которой прикреплен гражданин, для получения консультаций специалистов;
- при наличии таких симптомов, как одышка, нехватка воздуха, боль в груди, затрудненное или учащенное дыхание, сатурация менее 94-95% необходимо незамедлительно сообщить о них в единую службу 103 для вызова скорой помощи.

**Если же гражданин находится в группе риска**, имеет положительный результат ПЦР-теста, но симптомы ОРВИ не наблюдаются, то общие рекомендации для него сохраняются, при этом:

- лечение назначается врачом, в том числе витамины, средства местного применения;
- препараты, выписанные на регулярной основе, необходимо продолжать принимать в той же дозировке.

При появлении симптомов ОРВИ (кашель, насморк, першение и боль в горле, повышение температуры выше 38,0) необходимо позвонить по номеру 122 либо в call-центр той поликлиники, к которой прикреплен гражданин, для получения консультаций специалистов.

При появлении одышки, нехватки воздуха, боли в груди, затрудненном или учащенном дыхании, снижения уровня сатурации менее 94-95%, а также повышения температуры выше 38 следует незамедлительно позвонить в единую службу 103 для вызова скорой помощи.

*Следует помнить:*

- все лекарственные препараты необходимо принимать в соответствии с инструкцией, при отсутствии противопоказаний к их применению.
- антибиотики можно принимать только по назначению лечащего врача.

### **Вариант 3. Гражданин не вакцинирован и не болел COVID-19**

При наличии у граждан таких симптомов, как кашель, насморк, першение или боль в горле, повышение температуры выше 38,0, но при отрицательном результате ПЦР-тестирования, либо же при положительном тесте, вне зависимости от симптомов, следует: соблюдать самоизоляцию дома и сообщить о своем самочувствии по номеру 122 либо в call-центр той поликлиники, к которой прикреплен гражданин. При ухудшении самочувствия следует вызвать скорую по номеру 103.

#### **Если заболел ребенок**

Заболевшего ребенка следует оставить дома, изолировав его от сверстников в детском саду или школе. Самолечение категорически противопоказано! За консультациями специалистов следует обращаться по номеру 122 или в call-центр поликлиники, к которой прикреплен ребенок. Если ребенку стало хуже, следует вызвать скорую по номеру 103.

*Также недопустимо давать ребенку антибиотики без назначения врача-педиатра.*

## **Профилактические меры для всех категорий граждан**

- применяйте маски или респираторы при общении с людьми и в общественных местах;
- тщательно и регулярно мойте руки, пользуйтесь антисептиком;
- избегайте мест с большим скоплением людей, соблюдайте социальное дистанцирование;
- проходите вакцинацию и своевременно ревакцинируйтесь от COVID-19.

«Ни в коем случае не занимайтесь самолечением. Обязательно ознакомьтесь с памяткой Минздрава о действиях в случае бессимптомного или легкого течения новой коронавирусной инфекции и ОРВИ и в дальнейшем используйте ее для сохранения здоровья вас и ваших близких», – **отмечает Генеральный директор «СОГАЗ-Мед» Дмитрий Валерьевич Толстов.**

### **Справка о компании.**

Страховая компания «СОГАЗ-Мед» осуществляет деятельность с 1998 г. Региональная сеть «СОГАЗ-Мед» занимает 1-е место среди страховых медицинских организаций по количеству регионов присутствия, насчитывая более 1 500 подразделений на территории 56 субъектов РФ и в г. Байконуре. Количество застрахованных – 44 млн человек. «СОГАЗ-Мед» осуществляет деятельность по ОМС: контролирует качество обслуживания застрахованных при получении медпомощи в системе ОМС, обеспечивает защиту прав застрахованных граждан, восстанавливает нарушенные права граждан в досудебном и судебном порядке.