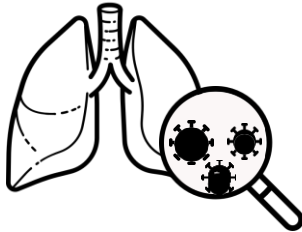


# Коронавирусная инфекция 2019 (COVID-19)



Информационный бюллетень



Коронавирусная инфекция 2019 (COVID-19) представляет собой респираторное заболевание. Его возбудителем является коронавирус. COVID-19 распространен в США, включая штат Мэн.

## Распространенные симптомы



Повышенная температура или озноб



Кашель



Одышка и затрудненное дыхание



Головная боль



Утомляемость или упадок сил



Боль в горле



Насморк



Мышечные боли или боли в теле

Пациенты с COVID-19 демонстрируют широкий спектр симптомов от незначительных до очень тяжелых. Среди прочих симптомов могут быть вновь приобретенная потеря вкуса или обоняния, тошнота или рвота и диарея. Симптомы у разных людей могут отличаться и, как правило, проявляются через 2–14 дней после контакта с вирусом. Симптомы возникают не у всех.

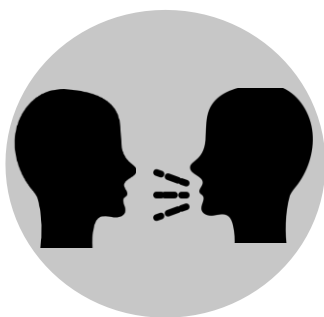
Некоторые люди больше других склонны к тяжелому течению COVID-19, требующему медицинского вмешательства. Это касается пожилых, людей с ослабленной иммунной системой, с некоторыми видами инвалидности и сопутствующими заболеваниями.

Для людей, склонных к тяжелому течению COVID-19, доступна терапия.



Обратитесь за медицинской помощью, если у вас возникли тревожные симптомы, включая спутанность сознания или изменение психического состояния, боль или давление в груди, невозможность проснуться или сохранить бодрствование и бледный, серый или голубоватый цвет кожи, губ или ногтевых пластин. Этот список возможных симптомов не является исчерпывающим.

# Передача COVID-19



COVID-19 передается при выдыхании зараженным человеком каплей или крошечных частиц, содержащих вирус.

- Окружающие могут вдохнуть эти капли или частицы.
- Эти капли или частицы могут попасть в глаза, нос или рот человека.
- Эти капли загрязняют поверхности, к которым он прикасается.

Их может распространять любой человек, зараженный COVID-19, даже если у него **нет** симптомов. В некоторых случаях COVID-19 может даже передаваться от человека к животным.

## Профилактика COVID-19

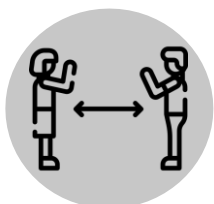
### Практикуйте базовые профилактические стратегии:



- Не пропускайте вакцинации от COVID-19.
- Регулярно мойте руки с мылом.



- При отсутствии воды и мыла используйте дезинфектор для рук с содержанием спирта не менее 60%.



- Не касайтесь глаз, носа и рта немытыми руками.
- Избегайте тесного контакта с больными людьми.

### Если вы болеете, защитите других:



- Оставайтесь дома.
- Во время кашля и чихания прикрывайте рот и нос.
- Не пользуйтесь одними и теми же кружками и столовыми приборами с окружающими.

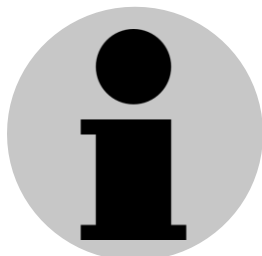


- Физически дистанцируйтесь от других людей.



- Находясь в обществе, носите маску. Она должна прикрывать нос и рот.
- Сдайте анализы и обратитесь к врачу для сокращения периода болезни.

## Для получения дополнительной информации посетите веб-сайты:



1. [www.maine.gov/dhhs/mecdc/diseases-conditions/infectious-diseases/covid-19](http://www.maine.gov/dhhs/mecdc/diseases-conditions/infectious-diseases/covid-19)
2. [www.cdc.gov/respiratory-viruses/](http://www.cdc.gov/respiratory-viruses/)
3. [www.cdc.gov/covid/](http://www.cdc.gov/covid/)

Вы также можете позвонить в Центр по контролю и профилактике заболеваний штата Мэн по телефону 1-800-821-5821.