

Новое поколение коронавируса (COVID-19)

Что нужно знать!

Это не официальный документ. За актуальной информацией обращайтесь в Michigan Department of Human Health Services [click here](#) (по этой ссылке)

Что такое коронавирус?

- Корonavирусы — большое семейство вирусов. Большинство поражает животных, но некоторые коронавирусы животных могут развиваться (изменяться) в новый человеческий коронавирус, который может передаваться от человека к человеку. Именно это произошло с нынешним новым коронавирусом, который получил название SARS-CoV-2, и который вызывает заболевание, известное как COVID-19.
- Заражение коронавирусом людей обычно вызывает заболевания легкой и средней тяжести – например, обычную простуду. В некоторых случаях, как с ТОРС- и МЕРС-вирусами, они являются причиной серьезных болезней, таких как пневмония.
- Обновленный список зараженных стран доступен на сайте: [cdc.gov/travel](https://www.cdc.gov/travel)

Каковы симптомы болезни COVID-19?

Зафиксированные случаи заболеваний у людей включают как легкие симптомы, так и тяжелые состояния, приводящие к госпитализации, а также летальным исходам.

Симптомы включают в себя:

- Высокую температуру
- Кашель
- Затрудненное дыхание
- Тяжелое состояние

Как распространяются коронавирусы?

Как и другие респираторные заболевания, например, грипп, человеческие коронавирусы обычно передаются от зараженного человека, у которого проявляются симптомы, через:

- воздушно-капельные частицы, образующиеся при кашле и чихании
- близкий контакт с зараженным лицом, например, уход за инфицированным больным
- прикосновения к предметам или поверхностям, на которых находится вирус, и последующее дотрагивание дорта, носа или глаз немытыми руками

Новый коронавирус пока незнаком нам, и мы ежедневно получаем новую информацию о том, насколько легко он передается и сколько времени проходит до момента заболевания. Примите к сведению, что принадлежность к какой-то расе или гражданство человека еще не означает, что он может быть болен COVID-19. Этот новый вирус уже поразил многих людей разных рас из разных стран по всему миру.

Как я могу обезопасить себя и других от таких респираторных инфекций как 2019-nCoV?

Как и в случае с прочими респираторными заболеваниями, существуют общепринятые меры ежедневной профилактики для снижения риска заболевания или заражения других распространяющимися вирусами.

Вам следует:

- Оставаться дома, если вы больны.
- Мыть руки водой с мылом в течение как минимум 20 секунд, особенно после посещения туалета, перед едой и после сморкания, кашля или чихания.
- Если вода и мыло недоступны в нужный момент, используйте антисептик для рук, содержащий минимум 60 % спирта. Всегда мойте визуально загрязненные руки водой с мылом.
- Не трогайте свои глаза, нос и рот немытыми руками.
- Ограничьте прямые контакты с больными, например, поцелуи, и обмен посудой или предметами обихода.
- Протирайте и дезинфицируйте предметы и поверхности, к которым часто прикасаются, с помощью обычных бытовых чистящих средств в виде спрея или влажных салфеток для уборки.

- Прикрывайтесь салфетками при кашле или чихании, выбрасывайте салфетки в мусорное ведро. При отсутствии салфетки используйте рукав одежды (не прикрывайтесь руками).
- Маски для лица наиболее эффективны при правильном использовании медработниками и больными людьми.
- Если вы еще не прививались в этом сезоне, сделайте прививку от гриппа, чтобы не заразиться.

Что я должен сделать, если у меня появились эти симптомы?

- Оставайтесь дома и позвоните доктору если у вас есть следующие симптомы: высокая температура, кашель, затрудненное дыхание, тяжелое состояние.
- Если не чувствуете себя лучше в течении от 24 до 48 часов, то звоните врачу.
- Если у вас нет своего врача, то звоните на горячую линию: 1-800-848-5533 или пишите на почту: noc@oakgov.com
- Следует оставаться дома не менее 72 часов после отсутствия температуры без применения жаропонижающих средств (таких как Tylenol или ibuprofen).

Где еще получить информацию?

- Если хотите можно подписаться на помощь на сайте www.mycovidresponse.org
- Если вы проживаете в Мичигане и хотите помочь в качестве волонтера звоните по номеру 211.
- Горячая линия по коронавирусу в Мичигане: 1-888-535-6136 доступна 7 дней в неделю с 8 до 5.
- Мобильные станции тестирования установлены в Beaumont Hospital. Не надо туда идти если вы себя хорошо чувствуете. Цель помочь тем кто скорее всего инфицирован <https://www.detroitnews.com/story/news/local/oakland-county/2020/03/14/beaumont-royal-oak-starts-curbside-testing-coronavirus/5051591002/>
- На сайте <https://www.michigan.gov/coronavirus/> дополнительная информация.