**Объявление**

Минздрав России 25 января 2022 года выпустил [памятку](https://static-0.minzdrav.gov.ru/system/attachments/attaches/000/059/203/original/pamyatka_amb_covid19_250122.pdf?1643175558" \t "_blank) для граждан о действиях в случае бессимптомного или легкого течения коронавирусной инфекции и острой респираторной вирусной инфекции. В частности, памятка содержит три группы рекомендаций для разных групп граждан. К первой группе относятся вакцинированные или переболевшие ковидом без факторов риска, ко второй - с факторами риска, к третьей - не вакцинированные и не болевшие COVID-19. Также в памятке есть информация о действиях при заражении коронавирусом ребенка.

"Если Вы вакцинированы/ревакцинированы против новой коронавирусной инфекции COVID-19 менее шести месяцев назад или переболели новой коронавирусной инфекцией COVID-19 менее шести месяцев назад, при этом у вас положительный мазок на SARS-CoV-2 и при этом нет никаких симптомов заболевания, в данной ситуации не требуется лечение и может быть получен листок нетрудоспособности и необходима самоизоляция. Рекомендуется контролировать температуру тела не реже одного раза в сутки", - говорится в документе.

При этом в Минздраве также настаивают на необходимости приема антибиотиков только в случае наличия показаний и только при назначении их медицинским работником.

**Вакцинированные без факторов риска**

Согласно памятке, при отсутствии результатов ПЦР-теста, но появлении симптомов ОРВИ у вакцинированных или переболевших ранее, лицам до 60 лет, не имеющим хронических заболеваний и избыточного веса, необходимо измерять температуру не реже трех раз в день. Кроме того, по возможности нужно измерять уровень насыщения крови кислородом пульсоксиметром два раза в день. "Возможно использование противовирусных препаратов, капли или спрей в нос (например, содержащие интерферон-альфа), беременным только по назначению врача. Вы можете также принимать препараты витамина С и витамина D в соответствии с инструкциями по применению", - говорится в документе.

В случае повышения температуры до 38 градусов и выше можно принять жаропонижающие препараты. При этом, если соответствующая температура сохраняется более двух суток, несмотря на прием лекарств, необходимо позвонить в кол-центр своей поликлиники, или в единую службу "122" для дистанционной консультации с медработником. "Если появилась одышка, чувство нехватки воздуха, боли за грудиной вам трудно дышать и/или уровень сатурации менее 94-95%, и/или учащение дыхания, то необходимо позвонить в единую службу "103" для вызова скорой помощи", - сказано в памятке.

**Вакцинированные, но в группе риска**

Граждане из групп риска по новой коронавирусной инфекции, но привитые от ковида или переболевшие ранее, в случае бессимптомного течения заболевания получают указания по лечению от медицинского работника. Им так же как и лицам не из группы риска следует измерять температуру, сатурацию, соблюдать питьевой режим, при необходимости применение противовирусных препаратов, солевых растворов при заложенности носа.

"Препараты, которые вам были назначены на регулярной основе, необходимо продолжить принимать в той же дозировке", - говорится в памятке.

При появлении симптомов ОРВИ, таких как кашель, насморк, першение или боль в горле, повышение температуры, необходимо позвонить в кол-центр или "122" для консультации с медработником. "При появлении одышки (чувство нехватки воздуха, учащенное дыхание, боль за грудиной) и/или снижения уровня сатурации менее 94-95%, повышения температуры выше 38 градусов, необходимо позвонить в единую службу "103" для вызова скорой помощи", - говорится в документе Минздрава.

**Непривитые и дети**

Гражданам, не привитым от ковида и не болевшим им ранее, при симптомах заболевания или положительном тесте необходимо звонить в поликлинику или единую службу "122" для дистанционной консультации с медработником, а также оставаться дома. "В случае ухудшения состояния необходимо позвонить в службу скорой помощи по номеру "103", - сказано в памятке.

В случае заражения коронавирусной инфекцией ребенка или появление у него симптомов ОРВИ, он должен оставаться дома. Лечение должен назначить врач, в частности, следует позвонить в свою поликлинику или службу "122" для получения дистанционной консультации. В случае ухудшения состояния следует вызвать скорую.

"Ни в коем случае не заниматься самолечением. Не стоит самостоятельно лечить ребенка антибиотиками. Антибиотики могут быть назначены только врачом-педиатром и только в случае наличия показаний", - отмечают в Минздраве.

"Минздрав России призывает всех граждан: используйте защитные маски или респираторы при нахождении в закрытых помещениях и контактах с другими людьми, тщательно и часто мойте руки и обрабатывайте их антисептиком, по возможности минимизируйте посещения мест с большим скоплением людей, а в случае если избежать этого невозможно, соблюдайте дистанцию полтора-два метра. Эти простые профилактические меры снизят риск заражения", - добавляется в документе.