



**МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ОТВЕТЫ НА ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ
ВОПРОСЫ ПО НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ
ИНФЕКЦИИ**



СОДЕРЖАНИЕ

| | | |
|-----|--|----|
| 1. | Что такое коронавирусы? | 5 |
| 2. | Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом? | 6 |
| 3. | Сколько может длиться инкубационный период? | 6 |
| 4. | Кто находится в группе риска? | 6 |
| 5. | Какими могут быть осложнения при коронавирусной инфекции? | 7 |
| 6. | Как передаётся коронавирус? | 7 |
| 7. | Правда ли, что коронавирус живет на различных поверхностях? Какая жизнеспособность вируса в окружающей среде? | 7 |
| 8. | Как защитить себя и окружающих от заражения? | 9 |
| 9. | Что рассказать о коронавирусе детям? | 11 |
| 10. | Где можно сделать прививку? | 11 |
| 11. | Кто может записаться на прививку? | 11 |
| 12. | Эффективна ли вакцина? | 12 |
| 13. | Какие показания к вакцинированию? | 12 |
| 14. | Какие есть противопоказания к вакцинации? | 12 |
| 15. | Нужно ли делать анализ на антитела к SARS-CoV-2 или ПЦР на наличие коронавируса перед вакцинированием? | 12 |
| 16. | Что делать, если после вакцинации поднялась высокая температура? | 13 |
| 17. | Необходимо ли соблюдать самоизоляцию после вакцинации? | 13 |
| 18. | Что такое «Гам-КОВИД-Вак» вакцина? | 13 |
| 19. | Что такое «ЭпиВакКорона» вакцина? | 14 |
| 20. | Можно ли после вакцинации ходить без маски? | 14 |
| 21. | Когда необходимо использовать медицинские маски для защиты органов дыхания? | 14 |
| 22. | Как надевать, использовать, снимать и утилизировать маску? | 15 |
| 23. | Как проводится диагностика заболевания? | 15 |
| 24. | Что делать в случае заболевания коронавирусной инфекцией? | 16 |
| 25. | Что делать если в семье кто-то заболел гриппом/коронавирусной инфекцией? | 16 |

| | |
|---|----|
| 26. Как определить, что я заболел коронавирусной инфекцией? | 16 |
| 27. Какие существуют классификации COVID-19 по степени тяжести? | 18 |
| 28. Какие анализы берут для диагностики инфекции? | 19 |
| 29. Кому рекомендуется проводить лабораторное обследование? | 19 |
| 30. Нужно ли мне сдавать анализ на антитела к коронавирусной инфекции, что даст анализ? | 21 |
| 31. В каких случаях рекомендуется тестирование на антитела к вирусу SARS-Cov-2? | 21 |
| 32. Как происходит обследование на COVID-19? | 22 |
| 33. Можно ли вылечить новый коронавирус? | 22 |
| 34. Объясните порядок выписки (перевода) пациентов из медицинской организации. | 23 |
| 35. Какие лекарственные средства могут использоваться для профилактики COVID-19? | 24 |
| 36. Должен ли я соблюдать режим самоизоляции/карантин? | 25 |
| 37. Какие меры ответственности предусмотрены, если не соблюдать режим самоизоляции? | 25 |
| 38. Будут ли введены ограничительные меры по передвижению на территории РФ? В каких случаях они вводятся? | 26 |
| 39. Как стать волонтером? | 26 |
| 40. Тест на КВ и анализ на наличие антител. Что говорить людям, когда жалуются, что врачом отказано в проведении теста? | 27 |
| 41. Где получить результат теста на КВ, который взяли у человека на самоизоляции, если в поликлинике, Роспотребнадзоре не могут найти результаты теста? | 27 |
| 42. Как получить деньги на почте, в банке пожилому человеку при действующих ограничениях. Покупки онлайн не для всех людей приемлемы. Обращаться ПФР, банк? | 27 |
| 43. Что необходимо делать человеку, прилетевшему из-за границы? Нужно ли соблюдать карантин? | 28 |
| 44. Убивает ли высокая температура воздуха коронавирус? | 28 |
| 45. Является ли тест с задержкой дыхания достоверным? | 29 |
| 46. Можно ли защитить себя от COVID-19 употребляя спиртные напитки? | 29 |

| | |
|--|----|
| 47. Поможет ли пребывание на улице в холодную и снежную погоду уничтожить новый коронавирус? | 29 |
| 48. Поможет ли горячая ванна против новой коронавирусной инфекции? | 29 |
| 49. Может ли новый коронавирус передаваться через укусы комаров? | 30 |
| 50. Правда ли, что электросушители для рук позволяют уничтожить новый коронавирус?..... | 30 |
| 51. Правда ли, что ультрафиолетовая лампа для дезинфекции (УФ-лампа) позволяет уничтожить новый коронавирус (SARS-CoV-2)? | 30 |
| 52. Может ли регулярное промывание носа солевым раствором защитить от заражения новым коронавирусом? | 31 |
| 53. Защищает ли чеснок от заражения новым коронавирусом?..... | 31 |
| 54. Правда ли, что новым коронавирусом могут заразиться только пожилые люди, или молодежь тоже восприимчива к этой инфекции? | 31 |
| 55. Являются ли антибиотики эффективным средством профилактики и лечения новой коронавирусной инфекции? | 31 |
| 56. Может ли человек заразиться COVID-19 от животного? | 32 |
| 57. Могу ли я заразиться COVID-19 от домашнего животного? | 32 |
| 58. Это тот же вирус, который вызывает атипичную пневмонию (ТОРС)? | 32 |
| 59. Безопасно ли получать посылки из района, в котором зарегистрированы случаи заболевания COVID-19? | 33 |
| 60. Какие дезинфицирующие средства рекомендуется использовать для обработки помещений в лечебных учреждениях или стационарах, в которых госпитализированы пациенты с подозрением на инфекцию SARS-CoV-2 или с подтвержденной инфекцией SARS-CoV-2? | 33 |

1. Что такое коронавирусы?

Коронавирусы – это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные коронавирусами, протекают в лёгкой форме, не вызывая тяжёлой симптоматики. Однако, бывают и тяжёлые формы, такие как ближневосточный респираторный синдром (MERS) и тяжёлый острый респираторный синдром (SARS). Новые вирусы появляются из-за возможного обмена участками генома (РНК) различных видов коронавирусов. Тяжелые осложнения вызывает у некоторых пациентов (в первую очередь, у пожилых и ослабленных, у больных с сердечно-сосудистыми и онкологическими заболеваниями) и новый коронавирус из Уханя (названный 2019 nCov или SARS-CoV-2).

Дополнительная информация. Коронавирусы – это РНК-вирусы с нуклеокапсидом, состоящим из липидов и гликопротеинов. Последние образуют форму шипов, благодаря которым вирус и носит такое название. Коронавирусы распространены среди людей, других млекопитающих и птиц и вызывают заболевания респираторного тракта, ЖКТ, у животных также могут поражать печень и нервную систему. Большинство коронавирусов вызывают только легкие инфекции верхних дыхательных путей.

Заболевание у человека вызывают шесть видов коронавирусов, SARS-CoV-2 – седьмой. Четыре из них постоянно циркулируют среди людей и обычно провоцируют ОРВИ. Два других штамма – коронавирус, ассоциированный с тяжелым острым респираторным синдромом (SARS-CoV или ТОРС-коронавирус) и коронавирус, связанный с ближневосточным респираторным синдромом (MERS-CoV), – имеют зоонозное (от животных) происхождение и различные по тяжести исходы.

SARS-CoV-2 является бета-коронавирусом, отличным от бета-коронавирусов, ассоциированных с тяжелым острым респираторным синдромом человека (ТОРС) и ближневосточным респираторным синдромом (MERS). Он имеет близкое сходство с коронавирусами летучих мышей, и вполне вероятно, что летучие мыши являются основным источником, но неизвестно, передается ли SARS-CoV-2 непосредственно от летучих мышей или через какой-либо другой механизм (например, через промежуточного хозяина – это могут быть кролики, собаки, кошки).

30.01.2020 г. вспышка COVID-19 признана ВОЗ чрезвычайной ситуацией в области общественного здравоохранения, имеющей международное значение.

11.03.2020 г. Генеральный директор ВОЗ Тедрос Гебрейесус объявил о пандемии COVID-19.

Дополнительную информацию можно найти на сайте stopkoronavirus.rf
Горячая линия Стопкоронавирус 8 800 2000 112

2. Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом?

Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп. Симптомы могут проявиться в течение 14 дней после контакта с инфекционным больным.

Основные симптомы: повышение температуры тела; потеря обоняния и вкуса; кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты), одышка, миалгии и утомляемость, ощущение заложенности в грудной клетке.

Может быть боль в горле, затруднение дыхания, головные боли, кровохарканье (редко), диарея (редко), тошнота, рвота, сердцебиение. Эти симптомы в начале заболевания могут наблюдаться и при нормальной температуре тела.

3. Сколько может длиться инкубационный период?

Инкубационный период составляет 4-14 дней после заражения (чаще всего 5-7 дней). Заболевший человек может быть заразен для окружающих с первых дней инфицирования даже без признаков заболевания (т.е. в инкубационный период), поэтому лучше по возможности отложить посещения общественных мест, поездки в период пандемии.

4. Кто находится в группе риска?

В группе особого риска – пожилые люди и люди, имеющие некоторые хронические заболевания (сердечно-сосудистые заболевания, заболевания дыхательной системы, сахарный диабет и ожирение), а также те, у кого ослаблен иммунитет. Они могут заразиться от тех, кто переносит инфекцию в легкой форме, а часто и вовсе без каких-то клинических проявлений. Поэтому в России введены карантинные меры.

5. Какими могут быть осложнения при коронавирусной инфекции?

Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идёт быстрыми темпами, и у пациентов может уже развиваться дыхательная недостаточность, требующая респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких. Кроме того, могут быть и другие осложнения, как и при любой вирусной инфекции. В тяжелых случаях выраженная одышка развивается к 7-8-му дню от момента заражения.

Число смертельных случаев в разных странах отличается (1-8%), и в среднем составляет 2-3% от всех заболевших. В России этот показатель составляет 1,9%.

Большинство случаев заражения КВ (коронавирусом) не являются тяжелыми, тяжелые и критические состояния отмечаются не более, чем у 20% пациентов (включая дыхательную недостаточность, септический шок или др., требующие интенсивной терапии).

6. Как передаётся коронавирус?

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется воздушно-капельным путем, когда инфицированный человек разговаривает, кашляет или чихает без маски (респиратора). Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например дверной ручки (контактный путь). Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз. И вирус передается и воздушно-пылевым путем.

7. Правда ли, что коронавирус живет на различных поверхностях? Какая жизнеспособность вируса в окружающей среде?

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) отвечает, что вирус сохраняется на разных поверхностях от несколько минут до нескольких дней в зависимости от поверхностей, температуры и влажности. Лучше всего он сохраняется при низкой температуре и высокой влажности, а также на пластике и стали.

Исследования показывают, что на воздухе при чихании вирус остается жизнеспособным как минимум в течение трех часов.

Во Временных клинических рекомендациях Минздрава «Профилактика, диагностика и лечение COVID-19» приводятся следующие данные:

При комнатной температуре (20-25 °С) SARS-CoV-2 способен сохранять жизнеспособность на различных объектах окружающей среды в высушенном виде до 3 суток, в жидкой среде – до 7 суток. При температуре +4 °С стабильность вируса сохраняется более 14 дней. При нагревании до 37 °С полная инактивация вируса происходит в течение 1 дня, при 56 °С – в течение 45 минут, при 70 °С – в течение 5 минут.

Вирус остается стабильным в широком диапазоне значений pH (до 6 дней при значении pH от 5 до 9 и до 2 дней при pH4 и pH11).

Вирус чувствителен к ультрафиолетовому облучению и действию различных дезинфицирующих средств в рабочей концентрации. Ультрафиолетовое излучение, органические жирорастворители и определенные моющие средства уничтожают его в течение нескольких минут.

Согласно информации ВОЗ, которую приводит Роспотребнадзор, продолжительность жизни коронавируса на купюрах составляет 3-4 дня, на пластиковых картах (которую вы, например, подавали продавцу) – до 9 дней. Поэтому важно, чтобы поручни в метро и автобусах, ручки дверей и кнопки лифтов регулярно обрабатывались антисепиками. Смартфоны также необходимо как можно чаще обрабатывать спиртовыми салфетками: российские санитарные врачи рекомендуют делать это как минимум после посещения публичных мест и по окончании рабочего дня. Мойте свои руки после посещения общественных мест и не касайтесь лица.

Достаточно эффективны против коронавируса [антисептики](#). Результаты исследований могут варьироваться, но они позволяют [ВОЗ](#) рекомендовать спиртосодержащие антисептики для рук в качестве профилактики заражения коронавирусами. Этанол уничтожает белковую оболочку, которая есть у многих вирусов, в том числе и коронавируса. Она необходима вирусам для жизни и размножения.

Этанол (70 %), [хлоргексидин](#) (0,05 %) уничтожали вирус в течение 5 минут. Стандартные методы дезинфекции помещений с использованием хлорсодержащих антисептиков в концентрации даже 1:99 также в течение 5 минут убивали вирус.

Поскольку коронавирус не выдерживает температуры выше 40 градусов, фрукты и овощи необходимо промывать под горячей водой. Немытые продукты не стоит класть в холодильник, где среда способствует долгому сохранению вируса.

8. Как защитить себя и окружающих от заражения?

В Российской Федерации зарегистрированы две вакцины для профилактики новой коронавирусной инфекции COVID-19 у взрослых лиц от 18 до 60 лет, индуцирующие формирование гуморального и клеточного иммунитета в отношении SARS-CoV-2:

11.08.2020 г. зарегистрирована комбинированная векторная вакцина («Гам-КОВИД-Вак»),

13.10.2020 г. зарегистрирована вакцина на основе пептидных антигенов («ЭпиВакКорона»).

Эффективным методом профилактики КВ инфекции является отсутствие контактов с носителями вируса и заболевшими. Необходимо выполнять предписания Главного санитарного врача России и Вашего региона.

Рекомендации туристам: многие страны ограничивают въезд для иностранных туристов, последняя информация об ограничениях на въезд публикуется на сайте <https://www.russiatourism.ru/news> Ростуризма.

Чтобы защитить себя от заражения следуйте простым рекомендациям. Соблюдайте расстояние и этикет.

- прикрывайте рот и нос при кашле и чихании;
- избегайте тесного контакта людьми с симптомами ОРВИ. Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно - капельным путем (при разговоре, чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 метра от больных;
- носите медицинскую маску в общественных местах (менять маску на новую надо каждые 2-3 часа, повторно использовать маску нельзя);
- старайтесь избежать поездок и посещений многолюдных мест, чтобы уменьшить риск заболевания.
- Поддерживать чистоту рук и поверхностей.
- регулярно мойте руки, особенно перед едой и при посещении общественных мест (уделите особое внимание тщательному намыливанию (не менее 20 секунд), и последующему полному осушению рук);
- пользуйтесь одноразовыми перчатками в общественных местах;
- старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно совершаются нами в среднем 15 раз в час); при отсутствии доступа к воде и мылу, для очистки рук используйте дезинфицирующие средства на спиртовой основе или

одноразовую салфетку при необходимости прикосновения к глазам или носу;

- будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, аэропортах и других системах общественного транспорта. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица;
- не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы;
- избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется;
- на работе регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульта, дверные ручки и поручни);
- используйте только кипяченую или бутулированную воду.
- продукты питания (овощи, фрукты) подвергайте термообработке.
- обеспечивайте обеззараживание воздуха, если есть приборы для обеззараживания.
- проветривайте помещения.
- Ведите здоровый образ жизни.
- здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

При первых признаках заболевания обращайтесь к врачу.

Любой гражданин, у которого имеются клинические проявления простуды или острой респираторной инфекции (повышенная температура тела, кашель, боль в горле, недомогание, головная боль) может обратиться в поликлинику по месту жительства, где ему будет бесплатно оказана медицинская помощь.

Если у вас был контакт с больным коронавирусной инфекцией, об этом надо уведомить медицинских работников и не посещать поликлинику, а позвонить в поликлинику и сообщить о своих симптомах и контактах с зараженными КВ.

После проведения осмотра врачом будет приниматься решение о целесообразности направления пациента для проведения лабораторных исследований с использованием зарегистрированных тест-систем на наличие новой коронавирусной инфекции.

Согласно рекомендациям Роспотребнадзора, соблюдение следующих гигиенических правил позволит существенно снизить риск заражения или дальнейшего распространения гриппа, коронавирусной инфекции и других ОРВИ.

Чтобы не заразить окружающих необходимо соблюдать следующие меры.

При проявлении признаков ОРВИ оставайтесь дома и вызовите врача, минимизируйте контакты с другими людьми.

Если вы испытываете недомогание, но вынуждены общаться с другими людьми или пользоваться общественным транспортом – используйте одноразовую маску, обязательно меняя ее на новую каждый час.

При кашле или чихании обязательно прикрывать рот одноразовым платком, если его нет – локтевым сгибом.

Пользоваться только личной или одноразовой посудой.

Изолировать от домочадцев свои предметы личной гигиены: зубную щетку, мочалку, полотенца.

Проводить влажную уборку дома ежедневно, включая обработку дверных ручек, выключателей, панелей управления оргтехникой.

9. Что рассказать о коронавирусе детям?

Расскажите детям о профилактике коронавируса. Объясните детям, как распространяются вирусы и микробы, и почему важно не контактировать с заболевшими, защищать органы дыхания и соблюдать гигиену рук и лица.

Убедитесь, что у каждого в семье есть своё полотенце, напомните, что нельзя делиться зубными щётками и другими предметами личной гигиены.

10. Где можно сделать прививку?

Вакцина поставляется во все субъекты Российской Федерации. Список учреждений, в которых можно сделать прививку, необходимо уточнить в региональных органах исполнительной власти в сфере здравоохранения. Они должны быть размещены на официальных сайтах ведомств.

11. Кто может записаться на прививку?

Вакцинацию против COVID–19 проводят вакциной «Гам-КОВИД-Вак» или «ЭпиВакКорона» (далее – вакциной) гражданам, не имеющим медицинских противопоказаний, с добровольного согласия граждан в медицинских организациях, осуществляющих проведение вакцинации против COVID-19 у взрослых.

В приоритетном порядке вакцинации подлежат лица из группы риска:

- лица старше 60 лет;
- работники социальной сферы и другие, работающие с большим количеством людей;
- люди с хроническими заболеваниями.

Вакцинация проводится в медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности по работе (услуге) «вакцинация».

12. Эффективна ли вакцина?

Эффективность и безопасность вакцины клинически доказана.

13. Какие показания к вакцинированию?

Профилактика новой коронавирусной инфекции (COVID-19) у взрослых старше 18 лет.

14. Какие есть противопоказания к вакцинации?

- гиперчувствительность к какому-либо компоненту вакцины или к вакцине, содержащей аналогичные компоненты;
- тяжелые аллергические реакции в анамнезе;
- острые инфекционные и неинфекционные заболевания;
- обострение хронических заболеваний (вакцинацию проводят не ранее чем через 2-4 недели после выздоровления или ремиссии);
- беременность и период грудного вскармливания;
- возраст до 18 лет.

15. Нужно ли делать анализ на антитела к SARS-CoV-2 или ПЦР на наличие коронавируса перед вакцинированием?

При подготовке к вакцинации против COVID-19, проведение лабораторных исследований на наличие иммуноглобулинов классов G и M к вирусу SARS-CoV-2 не является обязательным.

Вместе с тем лица, имеющие положительные результаты исследования на наличие иммуноглобулинов классов G и M к вирусу SARS-CoV-2, полученные вне рамок подготовки к вакцинированию, не прививаются.

Исследование биоматериала из носо- и ротоглотки методом ПЦР (или экспресс-тестом) на наличие коронавируса проводится только при наличии положительного эпидемиологического анамнеза (контакт с больными с инфекционными заболеваниями в течение последних 14 дней), а также при наличии какого-либо симптома заболевания в течение последних 14 дней.

16. Что делать, если после вакцинации поднялась высокая температура?

После прививки возможны индивидуальные реакции организма. Допускается повышение температуры в первые три дня после введения вакцины. При сохранении высокой температуры и плохого самочувствия необходимо обращаться в медицинские организации по месту жительства.

17. Необходимо ли соблюдать самоизоляцию после вакцинации?

Самоизоляция после прививки не требуется. Вакцина не содержит патогенный для человека вирус, вызывающий COVID-19, поэтому заболеть и заразить окружающих после прививки невозможно.

18. Что такое «Гам-КОВИД-Вак» вакцина?

Вакцина разработана в НИЦЭМ им. Н.Ф. Гамалеи Минздрава России. Вводится двукратно, с интервалом в 3 недели. Иммунитет формируется через 21 день после второй вакцинации.

Вакцина «Гам-КОВИД-Вак» – комбинированная векторная вакцина для профилактики коронавирусной инфекции, вызываемой вирусом SARS-CoV-2, получена биотехнологическим путем, при котором не используется вирус SARS-CoV-2. Это раствор для внутримышечного введения.

Препарат состоит из двух компонентов: компонент I и компонент II. В состав компонента I входит рекомбинантный аденовирусный вектор на основе аденовируса человека 26 серотипа, несущий ген белка S-вируса SARS-CoV-2, в состав компонента II входит вектор на основе аденовируса человека 5 серотипа, несущий ген белка S вируса SARS-CoV-2.

Хранение вакцины в виде замороженного раствора осуществляется при температуре ниже минус 18 °С, а в виде жидкого раствора или сухого лиофилизата – при температуре +2 - +8 °С. Вакцина индуцирует формирование

гуморального и клеточного иммунитета в отношении коронавирусной инфекции, вызываемой вирусом SARS-CoV-2.

Срок годности: 6 месяцев.

19. Что такое «ЭпиВакКорона» вакцина?

Разработана ГНЦ вирусологии и биотехнологии «Вектор».

Вводится двукратно, с интервалом в 2–3 недели.

Иммунитет формируется через 35-40 дней после первой вакцинации.

«ЭпиВакКорона» – рекомбинантная конъюгированная вакцина. Вакцина представляет собой химически синтезированные пептидные антигены трёх фрагментов S-белка вируса SARS-CoV-2, конъюгированные с белком-носителем и адсорбированные на алюминий-содержащем адъюванте (алюминия гидроксиде). Консервантов и антибиотиков не содержит.

20. Можно ли после вакцинации ходить без маски?

Вакцина против COVID-19 в настоящее время не отменяет для привитого пациента необходимость носить маски и перчатки, а также соблюдать дистанцию.

21. Когда необходимо использовать медицинские маски для защиты органов дыхания?

Медицинские маски необходимо использовать:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

Маски являются эффективным средством только в комбинации с регулярной обработкой рук спиртосодержащим антисептиком или водой с мылом.

22. Как надевать, использовать, снимать и утилизировать маску?

Перед тем как надеть маску, обработайте руки спиртосодержащим средством или вымойте их с мылом.

Наденьте маску так, чтобы она закрывала нос и рот без зазоров между лицом и маской.

Не касайтесь маски во время использования; в случае прикосновения обработайте руки спиртосодержащим средством и вымойте их с мылом.

Как только маска становится сырой, замените ее на новую, и не используйте одноразовые маски повторно.

Чтобы снять маску: снимите маску, держась за резинки сзади (не прикасаясь к передней части маски); и сразу же выбросьте в закрывающийся контейнер для отходов; обработайте руки спиртосодержащим средством или вымойте их с мылом.

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, а также при уходе за больным, но она нецелесообразна на открытом воздухе.

Вместе с тем, медики напоминают, что эта одиночная мера не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме ношения маски необходимо соблюдать другие профилактические меры.

23. Как проводится диагностика заболевания?

Сбор и оценка жалоб, анамнеза заболевания, эпидемиологического анамнеза.
Медицинский осмотр.

Далее по назначению врача:

- лабораторная диагностика специфическая (вируса методом ПЦР – выявление РНК SARS-CoV-2);
- лабораторная диагностика общая (клинический анализ крови, биохимический анализ крови и др.);
- инструментальная диагностика – рентген или компьютерная томография.

24. Что делать в случае заболевания коронавирусной инфекцией?

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу. Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости. Не занимайтесь самолечением, не надо без назначения врача принимать антибиотики.

25. Что делать если в семье кто-то заболел гриппом/коронавирусной инфекцией?

Вызовите врача.

Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.

Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.

Часто проветривайте помещение.

Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.

Часто мойте руки с мылом.

Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (платком, шарфом и др.).

Ухаживать за больным должен только один член семьи.

26. Как определить, что я заболел коронавирусной инфекцией?

При первых симптомах ОРВИ необходимо обратиться к врачу.

Подозрительный на COVID-19 случай

Клинические проявления острой респираторной инфекции (ОРИ) (температура (t) тела выше 37,5 °С и один или более из следующих признаков: кашель – сухой или со скудной мокротой; одышка; ощущение заложенности в грудной клетке; насыщение крови кислородом по данным пульсоксиметрии (SpO₂) ≤ 95%; боль в горле; заложенность носа или умеренная ринорея; нарушение или потеря обоняния (гипосмия или anosmia); потеря вкуса (дисгевзия); конъюнктивит; слабость, мышечные боли; головная боль; рвота; диарея, кожная сыпь) при отсутствии других известных причин, которые объясняют клиническую картину вне зависимости от эпидемиологического анамнеза.

Вероятный (клинически подтвержденный) случай COVID-19

Клинические проявления ОРВИ (t тела $> 37,5$ °C и один или более признаков: кашель, сухой или со скудной мокротой, одышка, ощущение заложенности в грудной клетке, $SpO_2 \leq 95\%$, боль в горле, заложенность носа или умеренная ринорея, нарушение или потеря обоняния (гипосмия или anosmia), потеря вкуса (дисгевзия), конъюнктивит, слабость, мышечные боли, головная боль, рвота, диарея, кожная сыпь) при наличии хотя бы одного из эпидемиологических признаков:

- возвращение из зарубежной поездки за 14 дней до появления симптомов;
- наличие тесных контактов за последние 14 дней с лицом, находящимся под наблюдением по COVID-19, который в последующем заболел;
- наличие тесных контактов за последние 14 дней с лицом, у которого лабораторно подтвержден диагноз COVID-19;
- наличие профессиональных контактов с лицами, у которых выявлен подозрительный или подтвержденный случай заболевания COVID-19.

Наличие клинических проявлений, указанных в п.1, в сочетании с характерными изменениями в легких по данным компьютерной томографии (КТ) вне зависимости от результатов однократного лабораторного исследования на наличие РНК SARS-CoV-2 и эпидемиологического анамнеза.

Наличие клинических проявлений (указаны в п.1), в сочетании с характерными изменениями в легких по данным лучевых исследований (указаны в п.2) при невозможности проведения лабораторного исследования на наличие РНК SARS-CoV-2.

Подтвержденный случай COVID-19

Положительный результат лабораторного исследования на наличие РНК SARS-CoV-2 с применением методов амплификации нуклеиновых кислот (МАНК) или антигена SARS-CoV-2 с применением иммунохроматографического анализа вне зависимости от клинических проявлений.

Положительный результат на антитела класса IgA, IgM и/или IgG у пациентов с клинически подтвержденной инфекцией COVID-19.

27. Какие существуют классификации COVID-19 по степени тяжести?

Легкое течение

- Т тела < 38 °С, кашель, слабость, боли в горле;
- Отсутствие критериев среднетяжелого и тяжелого течения.

Среднетяжелое течение

- Т тела > 38 °С;
- ЧДД > 22/мин;
- Одышка при физических нагрузках;
- Изменения при КТ (рентгенографии), типичные для вирусного поражения;
- (объем поражения минимальный или средний; КТ 1-2);
- SpO₂ < 95%;
- СРБ сыворотки крови >10 мг/л.

Тяжелое течение

- ЧДД > 30/мин;
- SpO₂ ≤ 93%;
- PaO₂ /FiO₂ ≤ 300 мм рт. ст.;
- Снижение уровня сознания, агитация;
- Нестабильная гемодинамика (систолическое АД менее 90 мм рт.ст. или диастолическое АД менее 60 мм рт.ст., диурез менее 20 мл/час);
- Изменения в легких при КТ (рентгенографии), типичные для вирусного поражения (объем поражения значительный или субтотальный; КТ 3-4);
- Лактат артериальной крови > 2 ммоль/л;
- qSOFA > 2 балла.

Крайне тяжелое течение

- Стойкая фебрильная лихорадка;
- ОРДС;
- ОДН с необходимостью респираторной поддержки (инвазивная вентиляция легких);
- Септический шок;
- Полиорганная недостаточность;

- Изменения в легких при КТ (рентгенографии), типичные для вирусного поражения критической степени (объем поражения значительный или субтотальный; КТ 4) или картина ОРДС.

28. Какие анализы берут для диагностики инфекции?

Основной – мазок из носа и/или ротоглотки и анализы крови по назначению врача

Диагностика проводится молекулярно–генетическим методом (полимеразная цепная реакция ПЦР). Исследование методом ПЦР выполняется в течение 4 часов, однако необходимо учитывать время транспортировки биоматериала в лабораторию.

В настоящее время в России используются зарегистрированные отечественные тест-системы для выявления коронавируса, которые обладают высокой чувствительностью и специфичностью.

Наборы основаны на методе полимеразной цепной реакции (ПЦР). Использование этого метода дает тест-системам значительные преимущества. Первое - это высокая чувствительность – с использованием разработанных тест-систем возможно обнаруживать единичные копии вирусов. Второе – для диагностирования заболевания нет необходимости отбирать кровь, достаточно отобрать ватным тампоном образец из носоглотки. Третье – результат анализа можно получить уже через 2-4 часа.

Диагностические лаборатории Роспотребнадзора по всей России обладают необходимым оборудованием и специалистами для использования разработанных средств диагностики. Также можно сделать самостоятельно анализ в некоторых лабораториях, о которых можно узнать на сайте Департаментов здравоохранения регионов.

29. Кому рекомендуется проводить лабораторное обследование?

Лабораторное обследование на РНК SARS-CoV-2 рекомендуется проводить всем лицам с признаками ОРВИ. В качестве предварительного скринингового обследования рекомендуется использовать тест на определение антигена SARS-CoV-2 в мазках носо/ротоглотки методом иммунохроматографии.

В обязательном порядке лабораторное обследование на COVID-19 методом ПЦР проводится следующим категориям лиц:

- прибывшие на территорию Российской Федерации с наличием симптомов инфекционного заболевания (или при появлении симптомов в течение периода медицинского наблюдения);
- контактировавшие с больным COVID-19, при появлении симптомов, не исключающих COVID-19, в ходе медицинского наблюдения и при отсутствии клинических проявлений на 8-10 календарный день медицинского наблюдения со дня контакта с больным COVID-19;
- пациенты с диагнозом «внебольничная пневмония»;
- работники медицинских организаций, имеющих риск инфицирования при профессиональной деятельности:
 - до появления IgG – 1 раз в неделю;
 - при появлении симптомов, не исключающих COVID-19, – немедленно;
- лица, находящиеся в интернатах, детских домах, детских лагерях, пансионатах для пожилых и других стационарных организациях социального обслуживания, учреждениях уголовно-исполнительной системы при появлении респираторных симптомов;
- лица старше 65 лет, обратившиеся за медицинской помощью с респираторными симптомами;
- работники стационарных организаций социального обслуживания населения, учреждений уголовно-исполнительной системы и работники при вахтовом методе работы до начала работы в организации с целью предупреждения заноса COVID-19;
- дети из организованных коллективов при возникновении 3-х и более случаев заболеваний, не исключающих COVID-19 (обследуются как при вспышечной заболеваемости).

При обращении в медицинские организации лабораторному обследованию на РНК SARS-CoV-2 подлежат пациенты без признаков ОРВИ при наличии следующих данных эпидемиологического анамнеза:

- возвращение из зарубежной поездки за 14 дней до обращения;
- наличие тесных контактов за последние 14 дней с лицами, находящимися под наблюдением по инфекции, вызванной SARS-CoV-2, которые в последующем заболели;
- наличие тесных контактов за последние 14 дней с лицами, у которых лабораторно подтвержден диагноз COVID-19;
- наличие профессиональных контактов с биоматериалом от пациентов с COVID-19 и лиц с подозрением на данное заболевание

(врачи, специалисты с высшим профессиональным (не медицинским) образованием, средний и младший медицинский персонал);

- рождение от матери, у которой за 14 дней до родов был выявлен подозрительный
- или подтвержденный случай COVID-19.

Основным видом биоматериала для лабораторного исследования на РНК SARS-CoV-2 является материал, полученный при заборе мазка из носоглотки (из двух носовых ходов) и ротоглотки. Мазки со слизистой оболочки носоглотки и ротоглотки собираются в одну пробирку для большей концентрации вируса.

30. Нужно ли мне сдавать анализ на антитела к короновиральной инфекции, что даст анализ?

Выявление антител к SARS-CoV-2 имеет вспомогательное значение для диагностики текущей инфекции и основное для оценки иммунного ответа на текущую или перенесенную инфекцию. Антитела класса А (IgA) начинают формироваться и доступны для детекции примерно со 2 дня от начала заболевания, достигают пика через 2 недели и сохраняются длительное время. Антитела класса М (IgM) начинают выявляться примерно на 7-е сутки от начала заражения, достигают пика через неделю и могут сохраняться в течение 2-х месяцев и более. Примерно с 3-й недели или ранее определяются антитела класса G (IgG) к SARS-CoV-2. Особенностью иммунного антительного ответа на инфекцию SARS-CoV-2 является небольшой временной промежуток между появлением антител IgM и IgG, а иногда и одновременное их формирование.

С целью диагностики COVID-19 рекомендуется проведение отдельного тестирования на антитела класса IgM/IgA и IgG, а также мониторинг появления антител в динамике (детекция сероконверсии) — повторное тестирование в неясных случаях через 5-7 дней

31. В каких случаях рекомендуется тестирование на антитела к вирусу SARS-Cov-2?

В качестве дополнительного метода диагностики острой инфекции (с учетом серонегативного периода) или при невозможности исследования мазков методом амплификации нуклеиновых кислот, в том числе при госпитализации в стационар по поводу соматической патологии.

Для выявления лиц с бессимптомной формой инфекции.

Для установления факта перенесенной ранее инфекции при обследовании групп риска и проведении массового обследования населения для оценки уровня популяционного иммунитета.

Для отбора потенциальных доноров иммунокомпетентной плазмы.

Рекомендуется проводить тестирование всех пациентов, поступающих в медицинские организации для оказания плановой медицинской помощи, на наличие IgA, IgM и/или IgG (в отдельных исследованиях или суммарно) к SARS-CoV-2 с помощью иммунохимических методов диагностики (иммуноферментный анализ, иммунохемилюминесцентный анализа, иммунохроматографический анализ).

При оценке напряженности поствакцинального протективного иммунитета методом иммуноферментного анализа рекомендуется определение антител к рецепторсвязывающему домену (анти-RBD антител).

32. Как происходит обследование на COVID-19?

При наличии факторов, свидетельствующих о случае, подозрительном на COVID-19, пациентам вне зависимости от вида оказания медицинской помощи проводится комплекс клинического обследования для определения степени тяжести состояния, включающий сбор анамнеза, физикальное обследование, исследование диагностического материала с применением метода ПЦР, пульсоксиметрию.

По результатам проведенного комплекса клинического обследования решается вопрос о виде оказания медицинской помощи и объеме дополнительного обследования.

Объем, сроки и кратность лабораторных исследований определяет врач.

33. Можно ли вылечить новый коронавирус?

Да, конечно.

В настоящее время следует выделить несколько препаратов, которые могут быть использованы при лечении COVID-19. К ним относятся препараты фавипиравир, ремдесивир, умифеновир, интерферон-альфа, гидроксихлорохин.

Вирусную пневмонию, основное и самое опасное осложнение коронавирусной инфекции, нельзя лечить самостоятельно, при развитии заболевания необходимо обратиться к врачу.

Есть противовирусные средства, но их может назначить только врач. В некоторых случаях может быть необходимо назначение и антибиотиков, а также лекарственных средств для облегчения состояния больного.

Любой гражданин, у которого имеются клинические проявления простуды или острой респираторной инфекции (повышенная температура тела, кашель, боль в горле, недомогание, головная боль) может обратиться в поликлинику по месту жительства, где ему будет бесплатно оказана медицинская помощь.

После проведения осмотра врачом будет приниматься решение о целесообразности направления пациента для проведения лабораторных исследований с использованием зарегистрированных тест-систем на наличие новой коронавирусной инфекции.

Эксперты Минздрава России подготовили рекомендации для врачей по выявлению COVID-19, обновленная информация направлена во все медучреждения.

34. Объясните порядок выписки (перевода) пациентов из медицинской организации.

Выписка из медицинских организаций, оказывающих медицинскую помощь в стационарных условиях, пациентов в возрасте 18 лет и старше для продолжения лечения в амбулаторных условиях может осуществляться до получения результатов лабораторных исследований биологического материала на наличие РНК SARS-CoV-2 при наличии следующих критериев:

- стойкое улучшение клинической картины;
- исчезновение лихорадки (t тела $< 37,5$ °С);
- отсутствие признаков нарастания дыхательной недостаточности при SpO_2 на воздухе $\geq 95\%$;
- уровень СРБ < 10 мг/л;
- уровень лейкоцитов в крови $> 3,0 \cdot 10^9$ /л.

При наличии вышеуказанных клинико-лабораторных критериев перевод пациентов в возрасте 18 лет и старше для продолжения лечения в стационарных условиях на койки для пациентов, находящихся в состоянии средней тяжести, может осуществляться до получения отрицательного результата лабораторных исследований биологического материала на наличие РНК SARS-CoV-2.

При выписке пациента до получения двух отрицательных результатов лабораторных исследований его транспортировка осуществляется санитарным транспортом при условии использования водителем и сопровождающим медицинским работником средств индивидуальной защиты (очки, одноразовые

перчатки, респиратор соответствующего класса защиты, противочумный костюм 1 типа или одноразовый халат, бахилы).

Пациенту необходимо соблюдать режим самоизоляции до получения отрицательного результата исследования биологического материала на наличие РНК SARS-CoV-2. В случае отсутствия у пациента условий для самоизоляции, необходимо рассмотреть вопрос о выписке пациента в обсерватор или другие организации, обеспечивающие условия изоляции на необходимый срок.

Пациент считается выздоровевшим при наличии следующих критериев:

- t тела $< 37,2$ °С;
- SpO₂ на воздухе $> 96\%$;
- отрицательный результат лабораторных исследований биологического материала на РНК SARS-CoV-2.

При наличии отрицательного результата лабораторного исследования РНК SARS-CoV-2 пациент выписывается и транспортируется любым доступным транспортом (личным или общественным).

35. Какие лекарственные средства могут использоваться для профилактики COVID-19?

Наиболее эффективным средством профилактики является вакцинация. В Российской Федерации зарегистрированы две вакцины для профилактики новой коронавирусной инфекции COVID-19 у взрослых лиц, индуцирующие формирование гуморального и клеточного иммунитета в отношении SARS-CoV-2:

11.08.2020 г. зарегистрирована комбинированная векторная вакцина («Гам-КОВИД-Вак»); Вакциной могут прививаться взрослые от 18 лет и старше.

13.10.2020 г. зарегистрирована вакцина на основе пептидных антигенов («ЭпиВакКорона»). Вакциной могут прививаться взрослые от 18 до 60 лет.

Своевременное обращение в лечебные учреждения за медицинской помощью в случае появления симптомов острой респираторной инфекции является одним из ключевых факторов профилактики осложнений.

Клинические рекомендации по лечению COVID-19 регулярно обновляются Минздравом РФ, они есть на сайте Министерства здравоохранения.

36. Должен ли я соблюдать режим самоизоляции/карантин?

Узнать о том, кто должен проходить карантин можно на сайте Роспотребнадзора или по телефону горячей линии Роспотребнадзора по коронавирусу (8-800-555-49-43).

В ходе 14-дневного карантина основное правило – не покидать квартиру или дом.

Продукты и необходимые товары нужно заказывать с доставкой. Больничный листок также могут доставить курьеры или в большинстве случаев он может быть оформлен дистанционно, в электронном виде. Мусор выносить нельзя: тут должны помочь друзья, знакомые или волонтеры.

Число визитов врача определяется в каждом случае индивидуально в течение всего периода карантина (14 дней).

Если после 14 дней симптомов ОРВИ не появится, карантин можно будет закончить. Если симптомы ОРВИ появляются, нужно срочно сообщить в поликлинику.

Медицинская помощь всем пациентам и лицам с подозрением на COVID-19 оказывается на бесплатной основе.

37. Какие меры ответственности предусмотрены, если не соблюдать режим самоизоляции?

Невыполнение санитарно-гигиенических и противоэпидемиологических мероприятий влечет ответственность в соответствии со статьей 236 Уголовного кодекса Российской Федерации «Нарушение санитарно-эпидемиологических правил»

Часть 1 – нарушение санитарно-эпидемиологических правил, повлекшее по неосторожности массовое заболевание или отравление людей наказывается:

- штрафом в размере до 80 тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до шести месяцев;
- лишение права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет;
- обязательными работами до 360 часов;
- исправительными работами на срок до одного года;
- ограничением свободы на срок до одного года.
- Часть 2 – то же деяние, повлекшее по неосторожности смерть человека, наказывается:
- обязательными работами до 480 часов;

- исправительными работами на срок от шести месяцев до двух лет;
- принудительными работами на срок до пяти лет;
- лишением свободы на тот же срок.

38. Будут ли введены ограничительные меры по передвижению на территории РФ? В каких случаях они вводятся?

В соответствии с Федеральным законом от 30.03.1999 №52-ФЗ «О санитарном эпидемиологическом благополучии населения» ограничительные мероприятия вводятся решением Правительства Российской Федерации или органа исполнительной власти субъекта РФ, органа местного самоуправления на основании предложений, предписаний главных государственных санитарных врачей и их заместителей с учетом складывающейся эпидемиологической ситуации в регионе и прогноза ее развития.

39. Как стать волонтером?

Если у вас есть волонтеры, желающие оказать поддержку, или вы знаете сообщества, которым это было бы интересно, направьте им ссылку на сайт myvmeste2020.rf или dobro.ru. На сайте размещена подробная информация, а так же в разделе «Предложить помощь» можно заполнить форму с указанием помощи, которую Вы готовы оказать. Это может быть помощь продуктами питания, медицинским инвентарём, услугами и др.

Так же можно обратиться на горячую линию **Общероссийского народного фронта: 8-800-200-34-11** (сайт: <https://onf.ru>).

Этот портал расскажет о новых возможностях, открывшихся вопреки эпидемии, и позволит каждому, будь то крупный бизнес или отдельный гражданин, предложить свою помощь в этот непростой для всех период.

В разделе «Лента Добрых Дел» размещаются новости и сообщения об инициативах различных компаний, организаций, людей, которые оказывают помощь в сложившейся ситуации.

40. Тест на КВ и анализ на наличие антител.

Что говорить людям, когда жалуются, что врачом отказано в проведении теста?

Сдать анализ на КВ можно бесплатно в рамках программы ОМС. Для этого надо обратиться в поликлинику. Если происходит отказ, необходимо направить человека в фонд ОМС или в страховую кампанию. Также премьер-министр Михаил Мишустин подписал постановление, разрешающее делать тесты на коронавирус как государственным, так и частным лабораториям. Поэтому каждый гражданин РФ по своей инициативе имеет возможность сдать анализ на КВ платно, услуга оказывается в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации №6 от 13.03.2020 «О дополнительных мерах по снижению рисков распространения COVID-19» подробную информацию можно узнать в МЗ региона.

41. Где получить результат теста на КВ, который взяли у человека на самоизоляции, если в поликлинике, Роспотребнадзоре не могут найти результаты теста?

Согласно постановлению главного санитарного врача РФ, при получении положительного результата на КВ незамедлительно информируются территориальные органы Роспотребнадзора. О результатах анализа Вы можете узнать в той организации, которая брала этот анализ или у врача, который Вас направил на анализ, т.е. в поликлинике.

Также поликлиника или больница может сделать запрос в организацию, которая делает этот анализ.

42. Как получить деньги на почте, в банке пожилому человеку при действующих ограничениях. Покупки онлайн не для всех людей приемлемы. Обращаться ПФР, банк?

Все пенсии, которые ранее получали на почте, будут доставлены почтальонами, уточнить информацию можно на **горячей линии Почты России: 8 800 100 00 00.**

В банк для снятия наличных необходимо прийти, за помощью в покупке и оплате онлайн можно обратиться к родственникам или на линию волонтеров, которые помогут это сделать и доставят соответствующие покупки, также можно

обращаться в территориальные соц. центры, которые предоставляют социальные услуги пожилым и инвалидам на дому.

43. Что необходимо делать человеку, прилетевшему из-за границы? Нужно ли соблюдать карантин?

Граждане, прибывающие на территорию Российской Федерации воздушным транспортом, должны обеспечить заполнение анкеты прибывающего на борту и заполнение формы на Едином портале государственных и муниципальных услуг (Госуслуги) в электронном виде до вылета в Российскую Федерацию (при приобретении билета, но не позднее регистрации на рейс).

В течение трех календарных дней со дня прибытия на территорию Российской Федерации граждане России должны пройти лабораторное исследование на COVID-19 методом ПЦР и разместить информацию о результате исследования в специальной форме на Едином портале государственных услуг.

До получения результатов лабораторного исследования на COVID-19 необходимо соблюдать режим изоляции по месту жительства (пребывания).

В случае появления любого ухудшения состояния здоровья в течение четырнадцати календарных дней со дня прибытия на территорию Российской Федерации граждане должны незамедлительно обратиться за медицинской помощью без посещения медицинских организаций.

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 18.09.2020 № 27 «О внесении изменений в постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 18.03.2020 № 7 «Об обеспечении режима изоляции в целях предотвращения распространения COVID-2019».

44. Убивает ли высокая температура воздуха коронавирус?

Воздействие на организм солнца или температуры свыше 25 °С не является средством предотвращения заболевания коронавирусом (COVID-19).

COVID-19 можно заболеть независимо от того, насколько солнечной или жаркой является погода. Страны с жарким климатом также сообщают о случаях заболевания COVID-19. Чтобы защитить себя, необходимо носить маски в общественных местах, часто и тщательно мыть руки и не прикасаться к глазам, рту и носу. Наиболее эффективным средством профилактики коронавирусной инфекции является вакцинация.

45. Является ли тест с задержкой дыхания достоверным?

Способность задержать дыхание на 10 секунд и больше, не вызывая кашля или чувства дискомфорта, не означает отсутствия заболевания коронавирусом (COVID-19) или другой легочной болезнью.

Наиболее частыми симптомами COVID-19 являются сухой кашель, утомляемость и повышенная температура тела. Некоторые болеют COVID-19 в более тяжелой форме, такой как пневмония. Наиболее точным способом подтверждения заражения вирусом, вызывающим COVID-19, является лабораторный тест. Подтвердить заражение с помощью вышеописанного дыхательного упражнения невозможно и может привести к опасным последствиям.

46. Можно ли защитить себя от COVID-19 употребляя спиртные напитки?

Употребление алкоголя не защищает от COVID-19 и может быть опасным. Частое или чрезмерное употребление алкоголя повышает риск возникновения проблем со здоровьем.

47. Поможет ли пребывание на улице в холодную и снежную погоду уничтожить новый коронавирус?

Температура тела здорового человека держится в пределах от 36,5 до 37 °С независимо от температуры окружающей среды или погоды. Поэтому нет никаких оснований полагать, что пребывание на улице в холодную погоду помогает бороться с новой коронавирусной инфекцией или другими болезнями. Самым эффективным способом профилактики новой коронавирусной инфекции является вакцинация. Также важно продолжать носить маски и регулярно обрабатывать руки спиртосодержащим антисептиком или мыть водой с мылом.

48. Поможет ли горячая ванна против новой коронавирусной инфекции?

Прием горячей ванны не спасет от заражения и заболевания COVID-19. Нормальная температура тела держится в пределах от 36,5 до 37 °С независимо от температуры воды в ванне или душе. Напротив, принятие слишком горячей ванны может нанести вред и вызвать ожоги. Лучший способ защититься от COVID-19 – вакцинация. Также важно ношение масок и частое мытье рук.

49. Может ли новый коронавирус передаваться через укусы комаров?

Новый коронавирус не передается через укусы комаров. Новый коронавирус – респираторный вирус, главным образом передающийся воздушно-капельным путем, т.е. в результате вдыхания капель, выделяемых из дыхательных путей больного, например при кашле или чихании, а также капель слюны или выделений из носа. На данный момент информация о возможности передачи вируса 2019-nCoV через укусы комаров отсутствует. Чтобы защититься от инфекции, необходимо держаться на расстоянии от людей, у которых наблюдается кашель или повышенная температура, а также соблюдать правила гигиены рук и респираторной гигиены. Наиболее эффективным средством профилактики коронавирусной инфекции является вакцинация.

50. Правда ли, что электросушители для рук позволяют уничтожить новый коронавирус?

Нет. Электросушители для рук не убивают вирус SARS-CoV-2. Для профилактики новой коронавирусной инфекции необходимо регулярно обрабатывать руки спиртосодержащим антисептиком или мыть их водой с мылом. Вымытые руки следует тщательно высушить бумажными полотенцами или электросушителем.

51. Правда ли, что ультрафиолетовая лампа для дезинфекции (УФ-лампа) позволяет уничтожить новый коронавирус (SARS-CoV-2)?

УФ-лампы не следует использовать для стерилизации рук или других участков кожного покрова, поскольку ультрафиолетовое излучение может вызвать эритему (раздражение) кожи. Но ее можно использовать для уничтожения вируса в воздухе или на поверхностях, если эта функция УФ лампы описана в инструкции.

52. Может ли регулярное промывание носа солевым раствором защитить от заражения новым коронавирусом?

Нет. Научных данных о том, что регулярное промывание носа солевым раствором позволяет защитить от новой коронавирусной инфекции, нет.

По некоторым данным, регулярное промывание носа солевым раствором может ускорить выздоровление при обычной простуде. Однако доказательства эффективности регулярного промывания носа как средства профилактики респираторных инфекций отсутствуют.

53. Защищает ли чеснок от заражения новым коронавирусом?

Чеснок – полезный для здоровья продукт, обладающий определенными противомикробными свойствами. Тем не менее, в ходе текущей вспышки не было получено никаких подтверждений эффективности употребления чеснока как средства профилактики заражения новым коронавирусом.

54. Правда ли, что новым коронавирусом могут заразиться только пожилые люди, или молодежь тоже восприимчива к этой инфекции?

Заразиться новым коронавирусом (SARS-CoV-2) могут представители всех возрастных категорий. Как представляется, пожилые люди и люди, больные определенными заболеваниями (например, астмой, диабетом, болезнью сердца), подвержены повышенному риску развития тяжелых форм коронавирусной инфекции. ВОЗ рекомендует лицам любого возраста принимать меры по защите от заражения, например посредством соблюдения гигиены рук и кашлевой гигиены.

55. Являются ли антибиотики эффективным средством профилактики и лечения новой коронавирусной инфекции?

Нет, антибиотики против вирусов не действуют. Они позволяют лечить только бактериальные инфекции. Новый коронавирус (SARS-CoV-2) – это вирус, и, следовательно, антибиотики не следует использовать для профилактики и лечения коронавирусной инфекции. Тем не менее, пациентам,

госпитализированным с инфекцией SARS-CoV-2, могут назначаться антибиотики для лечения сопутствующих бактериальных инфекций.

56. Может ли человек заразиться COVID-19 от животного?

Коронавирусы составляют обширное семейство вирусов и широко распространены у животных. Заражение людей этими вирусами с последующей передачей другим людям происходит время от времени. Например, установлен факт заражения людей ТОРС-КоВ от цивет, а БВРС-КоВ – от одногорбых верблюдов. Возможный источник SARS-CoV-2 среди животных пока не установлен, возможно это были летучие мыши.

В качестве меры индивидуальной защиты, например, при посещении рынков, на которых торгуют живностью, следует избегать непосредственного контакта с животными, а также касания поверхностей, с которыми соприкасаются животные. Следует строго соблюдать правила обеспечения безопасности продуктов питания. При работе с сырым мясом, молоком, органами животных следует проявлять осторожность во избежание перекрестного загрязнения других продуктов, не прошедших термическую обработку, и, кроме того, следует воздерживаться от употребления сырых или полусырых продуктов животного происхождения

57. Могу ли я заразиться COVID-19 от домашнего животного?

Известно об инфицировании собак, кошек и некоторых других видов животных, но случаев заражения человека от них не выявлено.

58. Это тот же вирус, который вызывает атипичную пневмонию (ТОРС)?

Нет. Вирус, вызывающий COVID-19, принадлежит к тому же семейству вирусов, что и возбудитель тяжелого острого респираторного синдрома (ТОРС-КоВ), но это другой вирус. ТОРС-КоВ более опасен, но менее заразен по сравнению с возбудителем COVID-19. С 2004 г. вспышек ТОРС не зарегистрировано нигде в мире.

59. Безопасно ли получать посылки из района, в котором зарегистрированы случаи заболевания COVID-19?

Вероятность того, что инфекция может передаваться от заболевшего человека через заказанные товары, низка, равно как и риск заражения вирусным возбудителем COVID-19 от упаковки, которая подвергалась перемещению, перевозке и находилась под воздействием различных погодных и температурных условий.

60. Какие дезинфицирующие средства рекомендуется использовать для обработки помещений в лечебных учреждениях или стационарах, в которых госпитализированы пациенты с подозрением на инфекцию SARS-CoV-2 или с подтвержденной инфекцией SARS-CoV-2?

Для уборки и дезинфекции помещений в лечебных учреждениях или стационарах, в которых госпитализированы пациенты с подозрением на инфекцию SARS-CoV-2 или с подтвержденной инфекцией SARS-CoV-2, следует использовать дезинфицирующие средства, активные по отношению к оболочечным вирусам, к которым относятся вирус SARS-CoV-2 и прочие коронавирусы. Таких дезинфицирующих средств множество, включая широко используемые в лечебных учреждениях. В настоящее время ВОЗ рекомендует использовать следующие средства:

- для дезинфекции многоразового инструмента (например, термометров) перед каждым новым использованием: спирт этиловый 70%;
- для дезинфекции поверхностей, к которым часто прикасаются персонал или пациенты, на дому или в лечебных учреждениях: натрия гипохлорит 0,5%.



**МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**