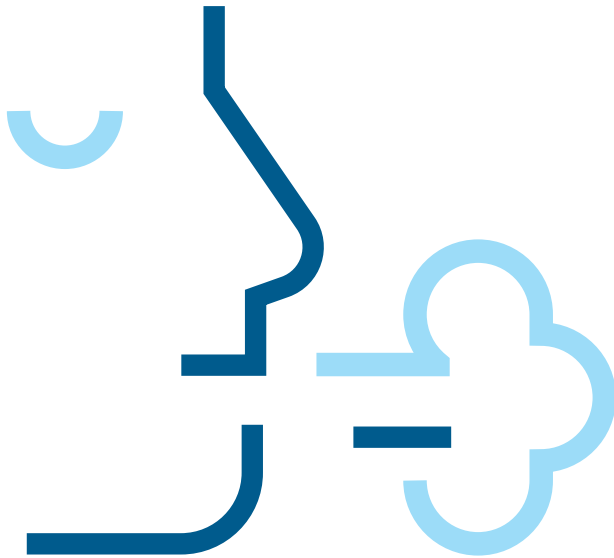




Инфекционные заболевания

В этой брошюре вы узнаете, что делать при появлении у вас или вашего ребенка симптомов инфекционного заболевания.

28 апреля 2022 г.





Не допустить заражения

Эти пять советов помогут предотвратить заражение, например, COVID-19, гриппом и простудой:

1. Оставайтесь дома, если вы больны или почувствовали недомогание
2. Мойте руки или используйте дезинфицирующее средство для рук
3. Проводите тщательную санитарную обработку, особенно поверхностей, к которым прикасается много людей
4. Открывайте окна и двери, и регулярно проветривайте помещение
5. Кашляйте или чихайте, прикрываясь рукавом

Замечаете симптомы COVID-19, гриппа или простуды?

Многие симптомы инфекционных заболеваний похожи. Поэтому бывает трудно определить, что это — COVID-19, грипп или простуда. При появлении симптомов болезни и плохом самочувствии рекомендуется оставаться дома до улучшения самочувствия.

Не требуется проходить тестирование на COVID-19 при отсутствии явных симптомов и повышенном риске заболеть тяжелой формой COVID-19, например, если вам больше 65 лет, вы страдаете хроническими заболеваниями или беременны.

Если вы хотите узнать, есть ли у вас COVID-19, можно пройти самотестирование или сделать ПЦР-тест. Чтобы сдать ПЦР-тест, необходимо зарегистрироваться на сайте [Covidresults.dk](https://www.covidresults.dk) и записаться на прием. Карта центров тестирования находится на сайте [en.coronasmittle.dk](https://www.en.coronasmittle.dk).

Когда следует обращаться к врачу?

- Если самочувствие настолько плохое, что надо проконсультироваться с врачом.
- В случае беспокойства или сомнений.
- Если у вас положительный результат теста на COVID-19 и вы находитесь в группе повышенного риска, то вы можете относиться к целевой группе раннего лечения COVID-19.

Положительный результат теста на COVID-19?

Если результат теста на COVID-19 положительный, рекомендуется самоизоляция. Продолжительность самоизоляции определяется степенью серьезности симптомов.

Нет симптомов	Слабые симптомы	Сильные симптомы
После получения положительного результата рекомендуется самоизоляция до четырех дней.	К слабо выраженным симптомам относятся насморк, боль в горле, легкий кашель и т.д. Как правило, они длятся недолго, и у вас не будет слишком плохого самочувствия. Самоизоляцию можно прекратить через четыре дня после сдачи теста.	Сильные симптомы включают лихорадочное состояние, постоянный кашель или затрудненное дыхание, а также общее недомогание. Самоизоляцию можно прекратить, если выраженные симптомы исчезли, но не ранее чем через четыре дня после сдачи теста.



Как самоизолироваться?

- Следует оставаться дома и избегать встреч с людьми, с которыми вы не живете. Используйте лицевую маску с маркировкой CE и соблюдайте дистанцию в два метра от других людей, если приходится выходить на улицу в исключительных обстоятельствах, например, если необходимо пройти тестирование.
- По возможности избегайте тесного физического контакта с людьми, с которыми живете. Это особенно важно, если живете с человеком, который подвержен повышенному риску заболеть тяжелой формой COVID-19.

Если вы не уверены, что делать во время самоизоляции, вы можете позвонить в Coronaopsporing по телефону ***45 32 32 05 11**.

Есть ли у вас симптомы туберкулеза?

Туберкулез — серьезное инфекционное заболевание, обычно поражающее легкие. Это заболевание поддается лечению, но к лечению необходимо приступать быстро. Также возможно профилактическое лечение, если вы были инфицированы. При своевременном лечении болезнь редко возникает повторно.

Обращайтесь к врачу в следующих ситуациях:

- При наличии таких симптомов, как длительный кашель, кровавая слизь, лихорадочное состояние, потеря веса или ночная потливость
- В случае контакта с больным туберкулезом

Есть ли у вас симптомы кори?

Корь — это детская болезнь, но взрослые тоже могут заразиться, особенно если они не были привиты. В Дании и дети, и взрослые могут вакцинироваться от кори бесплатно. Корь характеризуется симптомами простуды и лихорадочным состоянием, после чего в течение недели появляется сыпь. В течение первой недели рекомендуется как можно больше самоизолироваться, чтобы не заразить других. Если вам необходимо отвести ребенка к врачу, сообщите ему о подозрении на корь.

Вас укусил домашний питомец?

В Украине бешенство встречается среди животных. Бешенство — это вирусное заболевание, которое может вызвать тяжелое, смертельное воспаление головного мозга у человека. Если вас укусило, поцарапало или облизало животное, которое вы или другие привезли с собой из Украины, важно немедленно обратиться к врачу. Это необходимо для того, чтобы лечение от бешенства можно было начать в течение 24 часов, если владелец не может документально подтвердить вакцинацию и анализ крови животного, подтверждающий эффективность вакцинации. Если вы привезли с собой из Украины животное, вам необходимо обратиться в Датское ветеринарное и продовольственное управление и вакцинировать животное. Более подробную информацию смотрите на сайте www.foedevarestyrelsen.dk, на котором есть английская и украинская версия.

Как связаться с врачом

Ваш врач указан на вашей карте медицинского страхования

Внеурочная медицинская служба (в случае заболевания вне приемных часов вашего врача):

- Столичный район Копенгагена: 1813
- Регион Центральная Дания: 70 11 31 31
- Регион Северная Дания: 70 15 03 00
- Регион Зеландия: 70 15 07 00
- Регион Южная Дания: 70 11 07 07



Дополнительная информация

- О своем праве на медицинское обслуживание в системе здравоохранения Дании вы можете прочитать в брошюре «Вы и ваше здоровье» на сайте www.sst.dk/ukraine.
- Всем детям и взрослым рекомендуется пройти бесплатную вакцинацию в рамках программы иммунизации детей. Более подробную информацию смотрите в брошюре «Датская программа иммунизации детей» на сайте www.sst.dk/ukraine.
- Дополнительные прививки, например, от гриппа и коклюша, предлагаются беременным и тем, кто подвержен повышенному риску серьезного заболевания. Более подробную информацию смотрите на сайте www.sst.dk/ukraine.