



DANISH HEALTH  
AUTHORITY

# Інфекційні захворювання

У цій брошурі ви можете прочитати про те, що робити, якщо у вас або вашої дитини є симптоми інфекційного захворювання

28 квітня 2022 р.





## Запобігання інфекції

Дотримуючись п'яти порад, вказаних далі, ви можете запобігти інфекції, наприклад COVID-19, грипу та застуди.

1. Залишайтеся вдома, якщо ви хворі або маєте симптоми хвороби.
2. Мийте руки або користуйтеся дезінфекційним засобом для рук.
3. Ретельно очищуйте поверхні, особливо ті, яких торкаються багато людей.
4. Відкривайте вікна й двері та регулярно провітрюйте своє помешкання.
5. Кашляйте або чхайте у лікоть.

## Маєте симптоми COVID-19, грипу чи застуди?

Багато симптомів інфекційних захворювань схожі між собою. Тому буває важко визначити, чи може це бути COVID-19, грип чи застуда. Якщо ви маєте симптоми хвороби і відчуваєте недугу, рекомендується залишатися вдома, поки ваш стан не покращиться.

Вам не потрібно проходити тестування на COVID-19, якщо у вас немає чітких симптомів і ви не належите до групи високого ризику захворіти на COVID-19, наприклад, якщо вам більше 65 років, ви маєте хронічну хворобу або вагітні.

Якщо вам потрібно знати, чи є у вас COVID-19, ви можете зробити самотестування або ПЛР-тест. Щоб зробити ПЛР-тест, потрібно зареєструватися на сайті [Covidresults.dk](https://www.covidresults.dk) і записатися на прийом. Знайдіть карту центрів тестування на сайті [en.coronasmittle.dk](https://www.en.coronasmittle.dk).

### Коли слід звертатися до лікаря?

- Якщо ви відчуваєте себе так погано, що хотіли б поговорити з лікарем.
- Якщо ви занепокоєні або маєте сумніви.
- Якщо ви отримали позитивний результат тесту на COVID-19 і перебуваєте у групі підвищеного ризику, ви можете потрапити до цільової групи раннього лікування COVID-19.

## Маєте позитивний результат тесту на COVID-19?

Якщо ви отримали позитивний результат тесту на COVID-19, вам рекомендується самоізолюватися. Важкість ваших симптомів визначатиме, як довго вам рекомендується самоізолюватися.

Відсутність симптомів	Легкі симптоми	Важкі симптоми
Рекомендується самоізолюватися до чотирьох днів після того, як ви отримали позитивний результат тесту.	До легких симптомів належить нежить, біль у горлі, легкий кашель тощо. Зазвичай вони тривають недовго, і ви не будете почуватися занадто погано.  Припинити самоізоляцію можна через чотири дні після того, як ви пройшли тестування.	До важких симптомів належить лихоманка, постійний кашель або утруднення дихання, а також погане самопочуття.  Ви можете припинити самоізоляцію, коли у вас більше немає значних симптомів, однак не раніше, ніж через чотири дні після того, як пройшли тестування.

### **Як потрібно самоізолюватися?**

- Вам слід залишатися вдома й уникати зустрічей з людьми, з якими ви не живете. Використовуйте маску для обличчя з позначкою CE і тримайтеся на відстані двох метрів від інших, якщо вам доведеться вийти на вулицю за виняткових обставин, наприклад, якщо вам потрібно пройти тестування.
- Уникайте тісного фізичного контакту з людьми, з якими ви живете, наскільки це можливо. Це особливо важливо, якщо ви живете з кимось, хто має більший ризик важко захворіти на COVID-19.

Якщо ви не впевнені, що робити під час самоізоляції, ви можете зателефонувати у Coronaopsporing за номером **+45 32 32 05 11**.

### **Маєте симптоми туберкульозу?**

Туберкульоз — серйозне інфекційне захворювання, зазвичай легенів. Він лікується, але лікування потрібно починати швидко. Профілактичне лікування можна проводити і тоді, коли ви піддалися зараженню. Хвороба рідко виникає повторно, якщо отримати своєчасне лікування.

Ви повинні звернутися до лікаря в одному з таких випадків:

- якщо у вас є такі симптоми, як тривалий кашель, кривава слиз, лихоманка, втрата ваги або нічна пітливість;
- якщо ви контактували з кимось, зараженим туберкульозом.

### **Маєте симптоми кору?**

Кір — це дитяче захворювання, але заразитися можуть і дорослі, особливо якщо вони не були щеплені. У Данії безкоштовно вакцинуватись від кору можуть як діти, так і дорослі. Кір характеризується симптомами застуди та лихоманкою, після якої з'являються висипання, що тривають до тижня. Рекомендується максимально ізолюватися протягом першого тижня, щоб не заражати оточуючих. Якщо вам потрібно відвезти дитину до лікаря, повідомте його, якщо підозрюєте кір.

### **Вас вкусила ваша домашня тварина?**

Сказ зустрічається серед тварин в Україні. Сказ — це вірусне захворювання, яке може викликати важке, смертельне запалення мозку у людини. Якщо вас вкусила, подряпала або облизала тварина, яку ви або інші привезли з собою з України, важливо негайно звернутися до лікаря. Це робиться для того, щоб лікування проти сказу можна було розпочати протягом 24 годин, якщо власник не може задокументувати, що тварина була щеплена та було проведено аналіз крові, щоб показати, що вакцинація була ефективною. Якщо ви привезли тварину з України, то повинні звернутися до Данського ветеринарно-харчового управління та зробити щеплення тварині. Детальніше читайте на сайті [www.foedevarestyrelsen.dk](http://www.foedevarestyrelsen.dk), де ви можете знайти інформацію англійською й українською мовами.

### **Дізнайтеся більше**

- Про своє право на лікування в данській системі охорони здоров'я ви можете прочитати в брошурі You and your Health (Ви і ваше здоров'я) на сайті [www.sst.dk/ukraine](http://www.sst.dk/ukraine).
- Усім дітям і дорослим рекомендується зробити безкоштовні щеплення, запропоновані в рамках програми дитячої імунізації. Детальніше читайте в брошурі The Danish childhood immunisation programme (Данська програма імунізації дітей) на сайті [www.sst.dk/ukraine](http://www.sst.dk/ukraine).
- Додаткові щеплення проти грипу й коклюшу пропонуються вагітним жінкам і людям, що мають більший ризик серйозно захворіти. Детальніше читайте на сайті [www.sst.dk/ukraine](http://www.sst.dk/ukraine).

### **Як звернутися до лікаря**

*Ваш лікар вказаний у вашій картці медичного страхування*

### **Позаурочна медична служба (у разі захворювання в неробочий час вашого лікаря):**

- Столичний регіон Копенгагена: 1813
- Центральний регіон Данії: 70 11 31 31
- Північний регіон Данії: 70 15 03 00
- Регіон Зеландія: 70 15 07 00
- Південний регіон Данії: 70 11 07 07