

После коронавирусной инфекции часто развиваются серьезные осложнения со стороны многих органов и систем человека.

**ПОСЛЕДСТВИЯ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ СОПРОВОЖДАЮТСЯ РАЗВИТИЕМ ПОСТКОВИДНОГО СИНДРОМА, при котором возможно обнаружение долгосрочных симптомов, длящихся до 12 недель и дольше.**

**ПРИ ЭТОМ, ВОЗМОЖНО ПОЯВЛЕНИЕ СИМПТОМОВ:**

- резкие скачки давления и пульса, головокружение, одышка;
- потеря памяти, «туман в голове», дезориентация в пространстве, нарушения сна, тревога и панические атаки;
- расстройства желудочно-кишечного тракта, диарея;
- нарушение обоняния, потеря волос, выпадение зубов, кистозные образования в полости челюстей;
- продолжительное повышение или понижение температуры тела, либо скачки температуры и т.д.

Любые структурные изменения в органах и системах после болезни, могут привести к ухудшению течения имеющихся хронических заболеваний.

**ГРАЖДАНЕ, ПЕРЕНЕСШИЕ COVID-19, МОГУТ ПРОЙТИ УГЛУБЛЕННУЮ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ В ПОЛИКЛИНИКЕ ПО МЕСТУ ПРИКРЕПЛЕНИЯ СПУСТЯ 60 ДНЕЙ ПОСЛЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ.**

## **Единственный специфический способ профилактики COVID-19 – это ВАКЦИНАЦИЯ!**

**Если Вы сделаете прививку, то при встрече с COVID-19 не заболеете или перенесете инфекцию в легкой форме, без осложнений.**

**Российские вакцины доказали свою эффективность против COVID-19.**

**В ситуации сохраняющейся пандемии и распространения новых штаммов коронавирусной инфекции, повторная прививка необходима через 6 месяцев после первой вакцинации или после болезни.**

**«Усиливающая» (бустерная) доза вакцины нужна, чтобы поддержать иммунитет к COVID-19, который со временем снижается.**

**Вакцинация проводится бесплатно по записи через портал ЕПГУ (ГОСУСЛУГИ), по единому телефонному номеру системы здравоохранения 122, а также в регистратуре поликлиники.**

**ОБЩИЕ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ:**

- 1.Избегайте мест массового скопления людей.
- 2.Используйте медицинские маски (замена каждые 2-3 часа).
- 3.Каждые 2 часа мойте руки с мылом в горячей воде не менее 20 секунд.
- 4.Не касайтесь грязными руками глаз, рта и слизистых.
- 5.Пользуйтесь дезинфицирующими салфетками для обработки рук, дверных ручек, сотовых телефонов и т.д.
- 6.Избегайте тесного контакта с заболевшими людьми.
- 7.Ведите здоровый образ жизни: полноценное питание, физическая активность, режим труда и отдыха.

Министерство здравоохранения  
Пензенской области



# **КОРОНАВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ**



# **COVID-19**



**КОРОНАВИРУС – это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма с поражением дыхательной, пищеварительной и других систем.**

## Пути передачи:

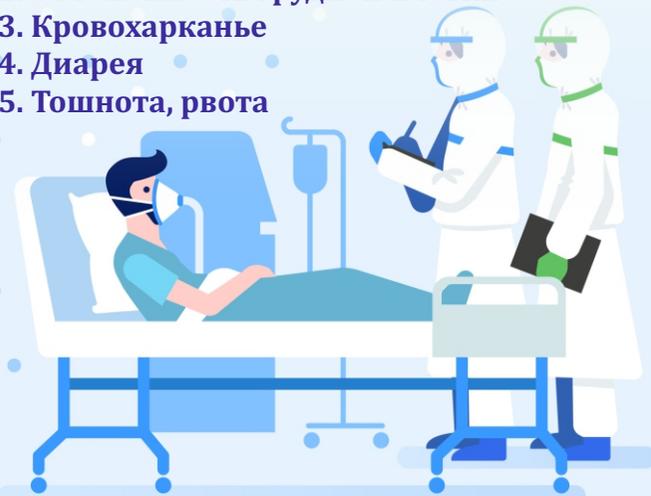
**Воздушно-капельный** (выделение вируса происходит при кашле, чихании, разговоре)  
**Контактно-бытовой** (через предметы обихода)

## Основные симптомы

1. Высокая температура тела.
2. Кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты)
3. Одышка
4. Боль в мышцах
5. Утомляемость
6. Нарушение или потеря обоняния
7. Потеря вкуса

## Дополнительные симптомы

1. Головная боль
2. Заложенность грудной клетки
3. Кровохарканье
4. Диарея
5. Тошнота, рвота



## Чем может осложниться COVID-19?

1. Синусит
2. Отит
3. Бронхит
4. Пневмония
5. Тромбоз
6. Миокардит
7. Проблемы с желудочно-кишечным трактом
8. Сепсис

## ПРИ ПОЯВЛЕНИИ СИМПТОМОВ НЕОБХОДИМО:

- **оставаться дома,**
- **вызвать врача на дом (телефон 122),**
- **не заниматься самолечением,**
- **строго соблюдать назначения врача.**

## ПОМНИТЕ!

**Своевременно начатое лечение гарантирует благополучный исход заболевания.**

При не возможности изолировать больного человека, риск инфицирования членов семьи снижается, если соблюдать основные гигиенические требования:

- носить маску,
- пользоваться индивидуальной посудой,
- часто мыть руки и использовать кожные антисептики,
- регулярно проветривать помещения.



## ПРИ УХУДШЕНИИ САМОЧУВСТВИЯ:

- **повышение температуры тела выше 38,5°C более 3-х дней;**
- **насыщение крови кислородом по данным пульсоксиметрии (SpO2) ≤ 95%;**
- **частота дыхательных движений более 22 в минуту**

**НЕОБХОДИМО ПОВТОРНО ВЫЗВАТЬ ВРАЧА НА ДОМ ИЛИ СКОРУЮ МЕДИЦИНСКУЮ ПОМОЩЬ.**

## ГРУППЫ РИСКА:

1. **ЛЮДИ ОТ 65 ЛЕТ И СТАРШЕ.**
2. **ЛЮДИ С СОПУТСТВУЮЩИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ:**

- хроническая почечная недостаточность;
- заболевания сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, сердечная недостаточность, плохо контролируемое артериальное давление);
- хронические заболевания лёгких;
- онкологическое заболевание, диагностированное за последние 12 месяцев;
- сахарный диабет;
- ожирение с ИМТ ≥ 40 кг / м<sup>2</sup>;
- хроническое заболевание печени;
- неврологические заболевания (инсульт, деменция, другие);
- первичный или приобретённый иммунодефицит.

Объединение нескольких факторов (возраст + одно или несколько сопутствующих заболеваний) приводит к значительному повышению рисков.