

## Памятка для пациента, у которого установлен диагноз COVID-19

У вас на сегодняшний день легкое течение заболевания, которое наблюдается у 80-85% пациентов, и, скорее всего, через 7-10 дней вы поправитесь и будете чувствовать себя хорошо.

Однако в течение 14 дней вам необходимо соблюдать режим самоизоляции.

Вы должны находиться в отдельной комнате, питаться и посещать туалет, когда рядом нет других членов семьи, обрабатывать руки дезинфицирующим раствором.

Посуда, из которой вы едите, должна быть индивидуальной и обработана после еды раствором хлора. Это обычный отбеливатель или средство бытовой химии, содержащее хлор. Если у вас есть посудомоечная машина, мойте посуду при температуре 90 градусов.

Обрабатывайте раствором хлора все поверхности, к которым вы прикасались. Это касается столов, водопроводных кранов, ручек дверей, клавиатуры компьютера, пультов и других предметов. По возможности используйте одноразовые перчатки. Стирать ваши вещи также необходимо при температуре 90 градусов.

На 10 день у вас возьмут итоговый тест. Повторный тест больше не нужен. При отрицательном результате по прошествии 14 дней вы сможете приступить к работе.

Во время болезни с вами будет постоянно поддерживать связь ваш лечащий врач. Вы должны сообщить врачу, если у вас повысится температура после периода нормализации, если появятся одышка, боль в груди и ощущение нехватки воздуха, усилится кашель и произойдет общее ухудшение самочувствия.

В случае ухудшения состояния вам может быть назначено КТ-исследование. Его нецелесообразно проводить в первые дни болезни – оно будет неинформативно. При легком течении болезни данное исследование не рекомендуется, так как сопряжено с большой лучевой нагрузкой на организм и не меняет тактику лечения.

При температуре выше 38,5 градусов рекомендовано принимать парацетамол 500 мг не более 3-4 раз в день. Не следует принимать других жаропонижающих без назначения врача. Старайтесь пить больше жидкости. Не стоит употреблять алкоголь и иммуностимуляторы.

Недопустимо самостоятельное назначение антибиотиков, так как они не действуют на вирус!