

Для получения инструкций на русском языке нажмите [здесь](#).

Если у вас положительный результат теста на наличие заболевания COVID-19 или у вас есть симптомы этого заболевания

Оставайтесь дома и изолируйте себя от других людей, по крайней мере, на 5 полных дней, независимо от статуса вакцинации. День, когда у вас впервые появились симптомы, или положительный результат теста, если у вас не появилось симптомов, — это нулевой день. Следующий день -- это первый день. **Вы должны находиться в изоляции до пятого дня включительно.**

Если на шестой день у вас не было повышенной температуры тела в течение 24 часов без применения жаропонижающих препаратов, и ваши другие симптомы улучшаются, вы можете выйти из дома и вернуться на работу или занятия при условии, что вы надеваете маску для лица в присутствии других людей и сохраняете социальную дистанцию в течение дополнительных пяти дней. Это до десяти дней включительно с момента, когда вы впервые сообщили о симптомах.

Если на шестой день у вас по-прежнему высокая температура или другие симптомы не улучшились, вам следует оставаться в изоляции до тех пор, пока температура не пройдет в течение 24 часов без применения жаропонижающих препаратов и другие симптомы не улучшатся. Опять же, продолжайте надевать хорошо прилегающую к лицу маску и обратитесь к своему лечащему врачу, если у вас возникнут какие-либо вопросы.

Если вы были в тесном контакте с кем-то, кто болен COVID-19

Действующие руководящие принципы общественного здравоохранения не требуют карантина от близких контактов с больными COVID, если только у вас самих нет симптомов заболевания COVID-19. Эти же руководящие принципы рекомендуют всем близким контактам, независимо от статуса вакцинации или предшествующего заражения вирусом заболевания COVID-19:

- Следите за появлением симптомов, похожих на симптомы заболевания COVID-19, в течение 10 дней после последнего контакта.
- Оставайтесь дома и сдайте анализы, если появятся симптомы.
- Надевайте хорошо сидящую маску, когда находитесь рядом с другими людьми в течение 10 дней после последнего контакта.
- Избегайте ненужных посещений лиц из группы высокого риска (например, жителей учреждений с предоставлением ухода, лиц с ослабленным иммунитетом и т.д.).
- Рассмотрите возможность тестирования примерно через пять дней после воздействия.

Если в какой-либо момент у вас появятся симптомы заболевания COVID-19 или положительный результат теста на коронавирус: вам следует оставаться дома и самоизолироваться еще на 5 дней и до тех пор, пока у вас не пройдет повышенная температура тела в течение 24 часов без использования жаропонижающих препаратов и не улучшатся другие симптомы. Опять же, продолжайте надевать хорошо прилегающую к лицу маску и обратитесь к своему лечащему врачу, если у вас возникнут какие-либо вопросы.