

1



ОПЕРАТИВНЫЙ ШТАБ ПО КОНТРОЛЮ  
И МОНИТОРИНГУ СИТУАЦИИ  
С КОРОНАВИРУСОМ В МОСКВЕ



ЗДОРОВАЯ  
МОСКВА



КОМПЛЕКС  
СОЦИАЛЬНОГО  
РАЗВИТИЯ  
МОСКВЫ

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ У ВАС ОБНАРУЖЕН КОРОНАВИРУС

## ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ



**1** Если у Вас подтвердился положительный результат на коронавирусную инфекцию, **Вы обязаны незамедлительно самоизолироваться**

*Вместе с уведомлением о необходимости самоизоляции Вы также получите доступ к телемедицинской интернет-платформе с возможностью онлайн-консультаций московских врачей.*



**4** Если разъехаться нет никакой возможности, то строго выполняйте правила профилактики.

**5** Внимательно следите за своим здоровьем и выполняйте все предписания врачей.

*Если Вы почувствуете, что состояние объективно ухудшается: температура не сбивается и кашель нарастает, сразу же вызывайте скорую помощь.*

**2** Немедленно сообщите о результате теста близким, всем, кто живет с Вами вместе, и людям, с которыми Вы контактировали в последние 14 дней – им необходимо сообщить об этом на горячую линию (номер горячей линии) и сдать тест на коронавирус.

**3** Если Вы живете вместе с пожилыми близкими, а также людьми, страдающими артериальной гипертензией, заболеваниями сердца и сосудов, диабетом, онкологическими заболеваниями, заболеваниями дыхательной системы, как можно быстрее разъезжайтесь. Пусть близкие отправятся к родственникам, друзьям или на дачу. Чем быстрее они отдалятся от Вас, тем больше шансов сохранить им жизнь и здоровье.

*В случае, если это невозможно, информируйте об этом Департамент труда и социальной защиты населения по тел.: 8-495-870-45-09 для рассмотрения вопроса о временном проживании родственников в изоляционном обсерваторе.*

**6** Не поддавайтесь панике. Большинство людей (около 80%) болеют коронавирусной инфекцией в легкой форме. Если Вы моложе 60 лет, у Вас нет хронических заболеваний и снижения иммунитета, просто находитесь дома и выполняйте все врачебные рекомендации.