

Objaśnienie poziomów alarmowych w związku z COVID-19 w NYC

Poziom alarmowy	Co to oznacza*	Co mieszkańcy Nowego Jorku powinni zrobić
Bardzo wysoki	Poziom rozprzestrzeniania się COVID-19 w społeczności jest bardzo wysoki, a opieka zdrowotna jest znacznie przeciążona przypadkami COVID-19.	<ul style="list-style-type: none"> • Posiadać aktualne szczepienia przeciw COVID-19: zaszczepić się, przyjąć trzecią dawkę. • Nosić maseczkę na twarz we wszystkich zamkniętych obiektach publicznych i zatłoczonych miejscach na zewnątrz. • Unikać niekoniecznych czynności i zatłoczonych pomieszczeń. • Maksymalnie zwiększyć fizyczną odległość od innych we wszystkich miejscach publicznych, w tym w miejscach pracy. • Zrobić test w przypadku wystąpienia objawów, narażenia na zakażenie, podróży lub kontaktu z osobami spoza gospodarstwa domowego. • Jak najwięcej przebywać w domu, zwłaszcza w przypadku choroby lub narażenia na działanie promieniowania jonizującego.
Wysoki	Poziom rozprzestrzeniania COVID-19 w społeczności jest wysoki, a opieka zdrowotna jest przeciążona.	<ul style="list-style-type: none"> • Posiadać aktualne szczepienia przeciw COVID-19: zaszczepić się, przyjąć trzecią dawkę. • Nosić maseczkę na twarz we wszystkich zamkniętych obiektach publicznych i zatłoczonych miejscach na zewnątrz. • Rozważyć unikanie czynności o podwyższonym ryzyku (takich jak duże zgromadzenia w pomieszczeniach zamkniętych). • Ograniczyć zgromadzenia do niewielkiej liczby osób. • Zrobić test w przypadku wystąpienia objawów, narażenia na zakażenie, podróży lub uczestniczeniu w dużym zgromadzeniu. • Zostać w domu w przypadku choroby lub niedawnego narażenia na zakażenie.
Średni	Poziom rozprzestrzeniania się COVID-19 w społeczności jest średni.	<ul style="list-style-type: none"> • Posiadać aktualne szczepienia przeciw COVID-19: zaszczepić się, przyjąć trzecią dawkę. • W pomieszczeniach publicznych, w których nie jest znany stan szczepień, należy nosić maseczkę na twarz. • Zrobić test w przypadku wystąpienia objawów, narażenia na zakażenie, podróży lub uczestniczeniu w dużym zgromadzeniu. • W razie choroby zostać w domu. • Jeśli istnieje wysokie ryzyko ciężkiej choroby wywołanej przez COVID-19 lub w przypadku pracy, mieszkania lub kontaktów z osobami z grupy wysokiego ryzyka, należy podjąć dodatkowe środki ostrożności (np. unikać zatłoczonych pomieszczeń i miejsc na zewnątrz).
Niski	Poziom rozprzestrzeniania się COVID-19 w społeczności jest niski.	<ul style="list-style-type: none"> • Posiadać aktualne szczepienia przeciw COVID-19: zaszczepić się, przyjąć trzecią dawkę. • Rozważyć noszenie maseczki na twarz w pomieszczeniach publicznych, w których stan zaszczepień nie jest znany. • Zrobić test w przypadku wystąpienia objawów, bycia w grupie podwyższonego ryzyka ze względu na wiek lub chorobę współistniejącą lub niedawnego narażenia na działanie promieniowania jonizującego. • Przestrzegać wszystkich zaleceń dotyczących izolacji i kwarantanny, w tym noszenia maseczki na twarz. • W razie choroby zostać w domu. • Myć ręce.

*Poziom rozprzestrzeniania się COVID-19 w społeczności jest oparty na poziomach i wskaźnikach Centrów Kontroli i Zapobiegania Zachorowaniom (Centers for Disease Control and Prevention, CDC). Więcej informacji na stronie [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/community-levels.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/community-levels.html).

Wydział Zdrowia NYC może zmienić zalecenia w miarę rozwoju sytuacji. 3.4.22