Я ПРОШЕЛ(ЛА) ТЕСТИРОВАНИЕ НА COVID-19.

Что дальше?

NYC Health

Russian

ЕСЛИ РЕЗУЛЬТАТ ТЕСТИРОВАНИЯ ОТРИЦАТЕЛЬНЫЙ

Если у вас **нет** симптомов COVID-19, вам не нужно изолироваться у себя дома, и вы можете ходить на работу, если вы не были в близком контакте с кем-либо больным COVID-19. Однако важно по-прежнему принимать повседневные меры предосторожности, например, часто мыть руки водой с мылом, носить средства, закрывающие лицо, когда вы находитесь вне дома, и по возможности держаться на расстоянии не менее 2 метров от других. Если вы были в близком контакте с кем-либо больным COVID-19, вы должны оставаться дома в течение 10 дней после последнего контакта и следить в течение этого периода и четырех дней после него за появлением симптомов.

Если у вас есть симптомы COVID-19, оставайтесь дома в течение по меньшей мере **24 часов** после исчезновения жара без применения жаропонижающих лекарственных средств и начала улучшения симптомов, даже если вы получили отрицательный результат тестирования. Если симптомы усиливаются или не проходят, позвоните своему поставщику медицинских услуг и обсудите, какие еще причины могли вызвать ваше заболевание, или следует ли вам еще раз пройти тестирование на COVID-19. Если вам нужен поставщик медицинских услуг, позвоните по номеру 844-692-4692 или **311**. Медицинское обслуживание предоставляется независимо от иммиграционного статуса или способности оплатить услуги.

ЕСЛИ РЕЗУЛЬТАТ ТЕСТИРОВАНИЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ, НЕМЕДЛЕННО ИЗОЛИРУЙТЕСЬ ОТ ДРУГИХ

Изолируйте от других, чтобы предотвратить их заболевание. Для обеспечения **безопасной изоляции** оставайтесь в своей комнате, в которой нет никого другого, и по возможностей пользуйтесь отдельной ванной комнатой. При необходимости находиться в присутствии других носите средства, закрывающие лицо, и держитесь на расстоянии не менее 2 метров от других. Если вы не можете обеспечить безопасную изоляцию у себя дома, позвоните по номеру 844-692-4692 или посетите https://www.nychealthandhospitals.org/test-and-trace/take-care/, чтобы получить бесплатный номер в гостинице.

Вам следует оставаться в изоляции, пока не будут выполнены все следующие условия:

1. Прошло **не менее 10** дней с момента, когда:
   a. вы впервые плохо себя почувствовали **или**
   b. вы прошли тестирование (если вы не чувствовали себя плохо)
2. У вас не было жара в течение по меньшей мере **24 часов без** приема жаропонижающих и болеутоляющих лекарственных средств (например, Advil, Motrin, Tylenol или аспирина)
3. Ваше общее состояние улучшилось.

В случае возникновения одышки, устойчивой боли или давления в груди, дезориентации, непреодолимой сонливости, посинения губ или лица, либо любого другого чрезвычайного состояния позвоните по номеру 911.

ПОГОВОРИТЕ СО СВОИМ ПОСТАВЩИКОМ МЕДИЦИНСКИХ УСЛУГ

Позвоните своему поставщику медицинских услуг и сообщите ему, что получили положительный результат тестирования на COVID-19. Если вы — пожилой человек или имеете хроническое заболевание, ваш поставщик медицинских услуг может дать вам дополнительные инструкции по обеспечению вашей безопасности и продолжению лечения. Лицам, получившим положительный результат тестирования на COVID-19, не рекомендуется проходить тестирование в течение 90 дней. Записи на ускоренное тестирование, сделанные в течение 90 дней после тестирования с положительным результатом, будут отменены. В случае появления новых симптомов поговорите со своим поставщиком медицинских услуг.

Если вам нужен поставщик медицинских услуг, позвоните по номеру 844-692-4692 или **311**. Медицинское обслуживание предоставляется независимо от иммиграционного статуса или способности оплатить услуги.

ПОДГОТОВКА К УЧАСТИЮ В ПРОГРАММЕ NYC TEST & TRACE

Если вы получили положительный результат тестирования на COVID-19, вам позвонит подготовленный специалист по отслеживанию контактов (Contact Tracer) программы NYC Test & Trace («Тестирование и отслеживание в NYC »), чтобы помочь обеспечить вашу безопасность. В зависимости от вашего провайдера телефонной связи идентификатор вызывающего абонента может содержать слова «COVID» или «NYC Test + Trace», либо начинаться с цифр «212-540-» или «212-240-».

Специалист по отслеживанию контактов:

- Поможет вам организовать безопасную изоляцию, чтобы вы не передали COVID-19 другим.
- Поможет вам обеспечить любую поддержку, в которой вы нуждаетесь, в том числе медицинское обслуживание, продовольствие или бесплатное временное жилье.
- Спросит у вас имена и контактную информацию других лиц, с которыми вы недавно были в близком контакте и которых вы могли заразить COVID-19.
- Ни в коем случае не спросит вас об иммиграционном статусе.
- Позвонит лицам, бывшим в близком контакте с вами, и сообщит им, что они могли быть заражены COVID-19 и должны пройти тестирование. Ваше имя ни в коем случае не будет разглашено; будет обеспечена конфиденциальность.
- Обеспечит безопасное сохранение всей полученной информации.

Пожалуйста, отвечайте на вопросы специалиста по отслеживанию контактов правдиво: они нужны, чтобы помочь вам и обеспечить безопасность других. Если специалист по отслеживанию контактов не сможет связаться с вами по телефону, он также может посетить вас на дому. Он предъявит удостоверение, подтверждающее, что он — специалист по отслеживанию контактов. Для получения дополнительной информации посетите **TestandTrace.NYC**.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ЗВОНКУ

ШАГ 1. Подумайте, когда вы могли заразить других COVID-19.

Выпишите следующие даты, чтобы специалист по отслеживанию контактов смог помочь связаться с другими людьми, которые могли быть заражены.

(a) Постарайтесь вспомнить, в какой день вы впервые плохо себя почувствовали.

День, в который вы **впервые плохо себя почувствовали.**

или

День, в который вы прошли тестирование в COVID Express, если вы не чувствовали себя плохо.

_____/_____/_____

(b) Теперь запишите дату **за два дня до этой даты**.

_____/_____/_____

(c) Затем запишите день, в который вы начали **изоляцию от других**.

_____/_____/_____

Даты между (b) и (c) включительно — это период, в который другие могли заразиться COVID-19.

ШАГ 2. Перечислите всех лиц, с которыми вы были в близком контакте

Перечислите всех лиц, с которыми вы проводили время между датами в графах (b) и (c) включительно.

В их число входят:

- Те, с кем вы живете
- Те, с кем у вас бывают тесные физические или сексуальные контакты
- Те, кто оказывает услуги у вас дома, если они находились на расстоянии менее 2 метров от вас в течение по меньшей мере 10 минут за 24-часовой период.
- Те, с кем вы работаете, если они находились на расстоянии менее 2 метров от вас в течение по меньшей мере 10 минут за 24-часовой период.
- Другие люди, от которых вы находились на расстоянии менее 2 метров в течение по меньшей мере 10 минут за 24-часовой период.

Если вы получили положительные результаты тестирования, вы можете сразу сообщить людям, входящим в этот список, что им следует пройти тестирование на COVID-19 и начать изоляцию от других, если вам удобно это сделать. Специалист по отслеживанию контактов свяжется с каждым из этих людей и поможет им пройти тестирование и получить необходимый уход.

Пункты COVID Express проводят тестирование методом полимеразной цепной реакции (Polymerase Chain Reaction, PCR), который выявляет наличие генетического материала вируса, вызывающего COVID-19. PCR-тестирование обладает очень высокой точностью, так как позволяет обнаружить вирус, даже если он содержится в организме лишь в малом количестве. В большинстве случаев результаты тестирования могут быть получены прямо в день посещения пункта **COVID Express**. Зарегистрируйтесь в системе MyChart (**epicmychart.nychhc.org/MyChart**), чтобы получить результаты тестирования на портале для пациентов в режиме реального времени.
Если вы не можете получить доступ к порталу для пациентов, сотрудник клиники может сообщить вам ваши результаты по телефону, либо вы можете вернуться в клинику через два–три рабочих дня после тестирования и забрать распечатку результатов.

ЧТО ДЕЛАТЬ В ОЖИДАНИИ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТИРОВАНИЯ

Ожидая результатов тестирования, (и даже после их получения) вам следует по-прежнему:

- **ОСТАВАТЬСЯ ДОМА В СЛУЧАЕ БОЛЕЗНИ:** Если у вас есть симптомы, как можно больше оставайтесь дома и избегайте контактов с другими людьми, особенно теми, кто может быть подвержен повышенному риску тяжелого заболевания COVID-19, (в том числе пожилыми людьми и лицами с некоторыми хроническими заболеваниями).
- **СОХРАНЯТЬ ФИЗИЧЕСКУЮ ДИСТАНЦИЮ:** Держитесь на расстоянии не менее 2 метров от всех тех, кто не живет у вас дома.
- **НОСИТЬ СРЕДСТВА, ЗАКРЫВАЮЩИЕ ЛИЦО:** Защищайте себя и окружающих. Лицевые маски помогают ограничить распространение COVID-19, особенно если вы больны и не знаете об этом.
- **СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ РУК:** Часто мойте руки водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство для рук на спиртовой основе при отсутствии мыла и воды; регулярно чистите высококонтактные поверхности; не прикасайтесь к лицу немытыми руками; кашляя или чихая, прикрывайтесь платком или рукавом, а не ладонями.

ПОДГОТОВЬТЕСЬ К ЗВОНКУ СПЕЦИАЛИСТА ПО ОТСЛЕЖИВАНИЮ КОНТАКТОВ. ВЫПИШИТЕ ИНФОРМАЦИЮ О ТЕХ, С КЕМ ВЫ БЫЛИ В КОНТАКТЕ:

Имя человека	
Домашний адрес	
Номер телефона	
Дата последнего контакта	

Имя человека	
Домашний адрес	
Номер телефона	
Дата последнего контакта	

Имя человека	
Домашний адрес	
Номер телефона	
Дата последнего контакта	

Имя человека	
Домашний адрес	
Номер телефона	
Дата последнего контакта	

Имя человека	
Домашний адрес	
Номер телефона	
Дата последнего контакта	

Имя человека	
Домашний адрес	
Номер телефона	
Дата последнего контакта	

Имя человека	
Домашний адрес	
Номер телефона	
Дата последнего контакта	

Рекомендации Департамента здравоохранения NYC могут измениться по мере развития ситуации.

NYC Health