

АЛГОРИТМ ПОВЕДІНКИ ПАЦІЄНТА

Що робити, якщо у вас симптоми COVID-19?

1. Залишайтеся вдома.
2. Подзвоніть своєму лікарю.
3. Опишіть своєму лікарю симптоми, історію подорожей. Окремо потрібно розповісти, чи були ви в контакті з людьми, які потенційно можуть бути інфіковані (наприклад, такими, що повернулися з країн з місцевим розповсюдженням вірусу).
4. Виконуйте інструкції свого лікаря.
5. При невідкладних станах - температура вище 38, яка не збивається, та утруднене дихання - набирайте 103.

Пам'ятайте, більшість респіраторних захворювань мають схожі симптоми.

Підстави для підозри COVID-19:

1. кашель;
2. ускладнене дихання;
3. підвищена температура;
4. протягом останніх 14 днів ви перебували в країні, де зафіксовано COVID-19;
5. контактування з людиною, інфікованою коронавірусом.

✗ Якщо ви маєте симптоми COVID-19, не потрібно негайно йти до свого лікаря або в найближчу лікарню.

✗ Не потрібно самостійно приймати рішення та йти на тестування стосовно наявності COVID-19. По-перше, рішення про необхідність тестування приймає ваш сімейний лікар або терапевт. По-друге, в лабораторії та лікарні збільшується ризик підхопити вірус, якщо поруч буде людина з коронавірусом.

✗ Не потрібно робити тест на коронавірус людині зі звичайним ГРВІ.

✓ Перше, що потрібно зробити, це подзвонити лікарю, з яким укладено декларацію. Якщо ви не уклали декларацію, одразу телефонуйте на гарячу лінію з питань коронавірусу у вашій області, на гарячу лінію МОЗ 0-800-505-201 або Центру громадського здоров'я +38 044 425 43 54. Також можна подзвонити на Урядовий контакт-центр за номером 1545.

✓ Подальший алгоритм дій вам скаже ваш лікар або оператор контакт-центру, на який ви зателефонували.

📌 **Запишіть та розмістіть так, щоб знайти найшвидше, наступні номери телефонів:**

- номер реєстрації центру надання первинної медико-санітарної допомоги, в якому ви обрали свого лікаря;
- номер мобільного вашого сімейного лікаря або терапевта;
- в кожній області працює цілодобова гаряча лінія з питань коронавірусної інфекції. Знайдіть та запишіть цей номер також.

📌 **Подбайте про те, щоб у ваших батьків, бабусь, дідусів та інших літніх родичів також були номери телефонів, за якими вони можуть звернутися за консультацією та допомогою.**

Що робити для профілактики коронавірусу та зменшення ризику поширення?

1. Бути свідомими та зменшити соціальну активність.
2. Зберігати спокій і не панікувати.
3. Використовувати та розповсюджувати інформацію тільки з перевірених джерел.
4. Дбати про гігієну рук, приміщення, а також речей, якими найчастіше користуєтеся (наприклад, мобільного телефону та комп'ютера).
5. Уникати рукоштовування та поцілунків при зустрічі з друзями, колегами, знайомими, сусідами тощо.
6. Організувати для співробітників умови для дистанційної роботи.

Загальні рекомендації щодо профілактики COVID-19:

- слід мити руки з милом протягом не менше, ніж 20 секунд;
- не торкайтеся брудними руками очей, носа та рота;
- якщо захворіли — залишайтеся вдома;
- потрібно чхати та кашляти у згин ліктя або прикривати рот, ніс серветками;
- регулярно провітрюйте приміщення та дезінфікуйте поверхні;
- з людьми тримайте дистанцію в 1,5 метри, особливо з тими, хто має симптоми респіраторного захворювання.

Рекомендації щодо профілактики COVID-19 ЛІТНІМ ЛЮДЯМ:

- дотримуйтесь загальних рекомендацій стосовно гігієни;
- без нагальної потреби не виходьте з дому;
- якщо захворіли — залишайтеся вдома;
- не йдіть до свого лікаря з метою поміряти тиск та поспілкуватись;
- якщо ви користувач програми “Доступні ліки”, то в разі закінчення відповідних лікарських засобів, звертайтеся до свого сімейного лікаря або терапевта ПО ТЕЛЕФОНУ, щоб отримати електронний рецепт дистанційно;
- користуйтеся допомогою онуків, рідних, сусідів в разі потреби придбати ліки, товари першої необхідності, продукти

Рекомендації щодо профілактики COVID-19 тим, хто працює в офісах, установах, підприємствах:

- вітайтеся з колегами безконтактно (намасте, локтями, ногами, маханням рукою);
- мийте руки до входу в кабінет або приміщення. Не торкайтеся чистими руками перил, ручек дверей тощо;
- регулярно дезінфікуйте поверхні в тих місцях, де ви знаходитесь, та поверхні приладів та пристроїв, на яких працюєте (наприклад, це можуть бути дверні ручки, поручні, столи, підвіконня, клавіатура, смартфон, пульт управління, касовий апарат тощо);
- регулярно провітрюйте приміщення;
- максимально використовуйте онлайн-ресурси для проведення нарад, конференцій та ін.
- не проводьте зборів колективів;
- якщо працюєте з людьми, подбайте про власний захист та тримайте дистанцію;
- подбайте про безпечний прийом їжі на роботі;
- якщо захворіли ви або члени вашої родини, залишайтеся вдома.

Більше матеріалів на сайті **Центру громадського здоров'я України** <https://phc.org.ua/kontrol-zakhvoryuvan/inshi-infekciyni-zakhvoryuvannya/koronavirusna-infekciya-covid-19>

та на сайті **Всесвітньої організації охорони здоров'я** <https://www.who.int/ru/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>

Як захистити себе від коронавірусу COVID-2019



Правила гігієни рук

Ретельно мийте руки з милом — 20-40 сек або обробляйте дезінфікуючими спиртвмісними (від 60%) засобами.



Уникайте дотиків до свого обличчя

Не торкайтесь брудними руками своїх очей, носа та рота. Під час кашлю прикривайтесь серветкою або згином ліктя.



Тримайте дистанцію

Уникайте скупчень людей. Тримайте дистанцію на відстані 1,5 метри від інших людей, зокрема, тих, хто кашляє.



Дезінфікуйте особисті речі

мобільні телефони, планшети, комп'ютери, столи, сумки, окуляри та інше.



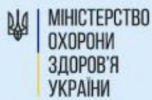
Не вживайте сире м'ясо

Термічно обробляйте сире м'ясо, м'ясні субпродукти та яйця.



Зміцнюйте свій імунітет

Гарно харчуйтеся і висипайтесь, робіть фізичні вправи, пийте багато води.



ЦЕНТР
ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я



Із питаннями щодо коронавірусу звертайтеся на Урядову гарячу лінію 1545

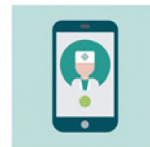
Якщо ви повернулись із країни, де зафіксовано випадки коронавірусу COVID-19



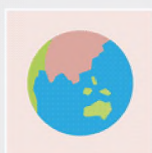
У разі ознак ГРВІ та підвищеної температури залишайтеся вдома



Намагайтесь самоізолюватися



Зателефонуйте своєму сімейному лікарю



Повідомте лікаря, якщо ви протягом останніх 14-ти днів повернулись із країни, в якій зафіксовані випадки захворювань на COVID-19 або ж спілкувались із інфікованою людиною



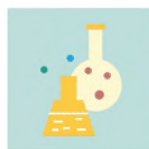
Лікарі мають всі необхідні алгоритми дій



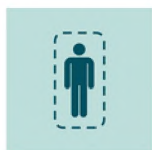
У випадку підстав для підозри лікарі викликають бригаду медичної допомоги



Людина доставляється у визначену госпітальну базу

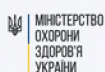


Проводиться дослідження для виключення або підтвердження COVID-19



Весь цей час людина буде ізолювана до отримання результатів тесту

У кожній області відкривається лінія для громадян, куди можна звернутись із питаннями про коронавірусну інфекцію



ЦЕНТР ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я



Із питаннями щодо коронавірусу звертайтеся на Урядову гарячу лінію 1545

КОРОНАВІРУС COVID-19

ПРОФІЛАКТИЧНІ ЗАХОДИ НА ПІДПРИЄМСТВАХ ТА УСТАНОВАХ
ДЛЯ ЗАПОБІГАННЯ ІНФІКУВАННЯ



ПОПЕРЕДЖУВАЛЬНІ ЗАХОДИ

- Мийте руки або обробляйте їх спиртовмісним антисептиком (від 60%) - мінімум раз на 3 години, після відвідування туалету, контактів з тваринами та відвідування громадських місць
- Прикривайте рот і ніс при чханні серветкою або зігнутою рукою у лікті
- Не торкайтесь руками обличчя
- Утримуйтесь від контактів з особами, які мають симптоми ГРВІ
- При наявності ГРВІ використовуйте медичну маску та зверніться до лікаря



ЗАХОДИ З ОРГАНІЗАЦІЇ РОБОТИ

- Проведіть роз'яснювальну роботу з персоналом щодо індивідуальних заходів профілактики та реагування на виявлення симптомів серед працівників
- Не допускайте до роботи працівників, які мають ознаки ГРВІ
- Передбачте можливості дистанційної роботи для співробітників
- Мінімізуйте кількість працівників, які контактують з клієнтами/відвідувачами
- Впровадьте дистанційне надання послуг
- Забезпечте наявність засобів гігієни для персоналу та клієнтів:
 - рідке мило
 - спиртовмісні антисептичні засоби (від 60%)
 - одноразові серветки
 - медичні маски для осіб з ознаками ГРВІ
- Забезпечте вологе прибирання з використанням миючих та дезінфекційних засобів
- Провітрюйте приміщення кожні 3 години мінімум (у місцях підвищеної прохідності кожні 2 години) та після закінчення зміни
- Роздрукуйте інформаційні постери та нагадування про безпеку



МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ



ЦЕНТР
ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я

Із питаннями щодо коронавірусу
звертайтеся на Урядову гарячу лінію: 1545

Більше
інформації про
ситуацію навколо
коронавірусу в
Україні
COVID19.com.ua



ЗАХОДИ, ЯКІ ДОПОМОЖУТЬ ЗМЕНШИТИ ПОШИРЕННЯ КОРОНАВІРУСУ ДЛЯ КОМЕРЦІЙНИХ ПІДПРИЄМСТВ

Передбачте можливості дистанційної роботи для співробітників

Дотримуйтесь правил гігієни



- › Уникайте рукоштовнання — використовуйте інші безконтактні способи вітання
- › Обробляйте руки біля дверей та призначайте регулярні нагадування про миття рук по електронній пошті
- › Регулярно дезинфікуйте поверхні, такі як дверні ручки, столи і поручні, робочий стіл тощо
- › Робіть вентиляцію, відкриваючи вікна або використовуйте кондиціонер

Уникайте скупчення великої кількості людей



- › Використовуйте онлайн-бронювання, щоб обмежити потік клієнтів
- › За можливості, використовуйте онлайн-транзакції
- › Обмежте відвідування масових заходів

Для транспортних підприємств, таксі



- › Тримайте вікна відкритими, коли це можливо
- › Робіть вентиляцію салону
- › Регулярно дезинфікуйте поверхні



ЦЕНТР
ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я



Із питаннями щодо коронавірусу
звертайтеся на Урядову гарячу лінію
1545

Урядова гаряча лінія: **15-45**

Міністерство закордонних справ: **044 238 16 57**

Міністерство охорони здоров'я України: **0 800 505 201**

Центр громадського здоров'я МОЗ України: **0 800 505 840**

Обласні гарячі лінії

-м.Київ	044 235 01 01	15-83
-Вінницька	0800 21 64 433	
-Волинська	0332 77 6584	0332 77 6582
-Дніпропетровська	067 611 08 86	068 979 96 24
	0800 500 474	
-Донецька	0800 507 506	
-Житомирська	068 982 47 81	
-Закарпатська	103	
-Запорізька	061 224 63 83	
-Івано-Франківська	099 544 83 32	0342 56 69 28
-Київська	0456 31 00 46	
-Кіровоградська	052 224 13 14	
-Луганська	103	
-Львівська	032 260 19 18	
-м.Львів	15-80	
-Миколаївська	051 37 40 28	051 37 31 07
-Одеська	0800 50 15 50	1550
-Полтавська	0800 50 50 32	
-Рівненська	0800 50 00 78	
-Сумська	0542 68 20 90	0542 68 20 25
-Тернопільська	098 441 59 81	
-Харківська	057 712 45 00	
-Херсонська	095 133 56 01	
-Хмельницька	0382 70 43 61	0382 70 38 05
	0382 65 07 34	
-Черкаська	067 809 31 54	050 420-13-56
-Чернівецька	066 084 93 13	
-Чернігівська	0800 50 70 70	095 001 03 40



Більше
 інформації про
 ситуацію навколо
 коронавірусу в
 Україні
COVID19.com.ua

Як допомогти літнім людям

**Піклуймося про літніх батьків і сусідів —
вони найуразливіші до інфікування на COVID-19**

- ▶ Попросіть своїх батьків або сусідів залишатися вдома.
- ▶ Дізнайтеся, кому з сусідів потрібно купити продукти, ліки або засоби для дезінфекції.
- ▶ Поцікавтеся, чи є у вашому будинку люди з інвалідністю, які потребують допомоги.
- ▶ Купіть те, чого потребують ваші сусіди, і занесіть їм додому. Залиште покупки біля дверей або тримайте дистанцію 1,5 – 2 м, спілкуючись із ними.
- ▶ Частіше запитуйте літніх про стан здоров'я. У разі потреби допоможіть їм зв'язатися з лікарями.
- ▶ Якщо ви піклуєтеся про літню людину, подбайте про те, щоб ліки та продукти харчування першої необхідності були під рукою.



- ▶ Стежте за рівнем тиску цієї людини та загальним станом її самопочуття.
- ▶ Якщо маєте змогу, створіть волонтерські групи для підтримки тих, хто належить до «груп ризику COVID-19».

**Бережімо
одне одного!**



Сила соціального дистанціювання

ЗВИЧАЙНА ВЗАЄМОДІЯ



НА 50% МЕНШЕ ВЗАЄМОДІЇ



НА 75% МЕНШЕ ВЗАЄМОДІЇ



@SignerLab @garywarshaw

Переклад/адаптація:  МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ

Клінічний маршрут пацієнта, який відповідає визначенню випадку COVID-19

