

Patient Education

Инструкции при выписке — COVID-19

You must carefully read the "Consumer Information Use and Disclaimer" below in order to understand and correctly use this information

Об этой теме

Коронавирусную инфекцию 2019 также называют COVID-19. Это вирусная инфекция, которая поражает легкие. Возбудитель заболевания — вирус под названием «SARS-ассоциированный коронавирус» (SARS-CoV-2).

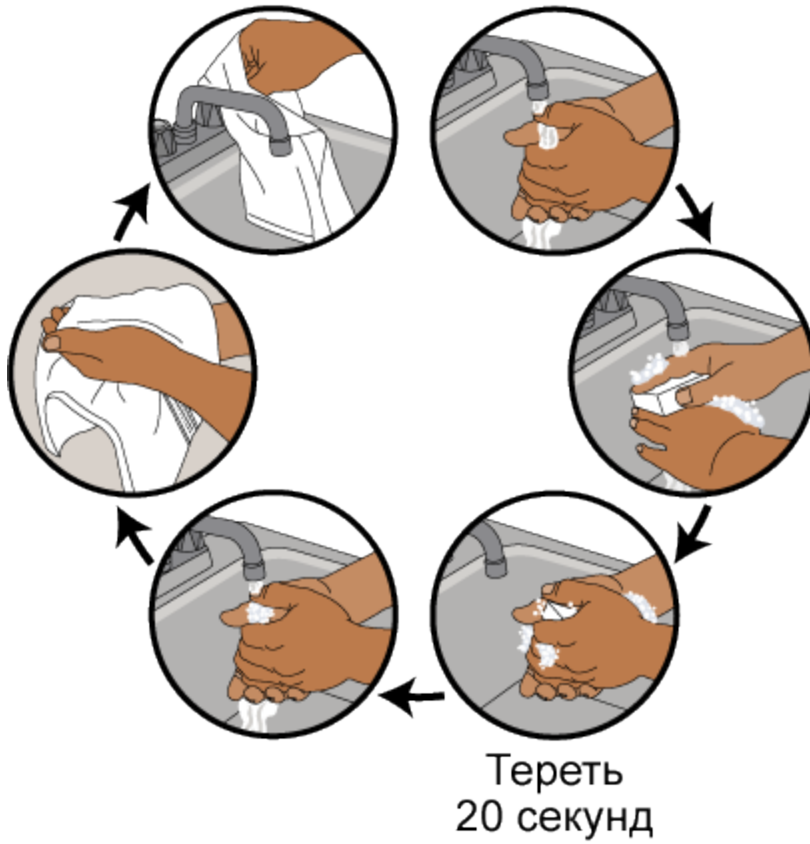
Симптомы COVID-19 чаще всего проявляются через несколько дней после заражения. У некоторых людей симптомы появляются по прошествии более длительного периода. В ряде случаев симптомы инфекции не проявляются вовсе. У вас могут наблюдаться такие симптомы, как кашель, высокая температура, тремор, озноб и затрудненное дыхание. Вы можете ощущать чрезмерную утомляемость, покалывание в мышцах, головную боль или боль в горле. У некоторых людей возникает тошнота или диарея. Другие теряют обоняние или вкус. Эти симптомы могут быть непостоянными и могут появляться и проходить во время болезни.

Вирус легко распространяется с мелкими каплями, которые выделяются при разговоре, чихании или кашле. Люди могут передавать вирус друг другу, когда беседуют на близком расстоянии, поют, обнимаются, делятся едой или обмениваются рукопожатиями. Возбудитель также сохраняет жизнеспособность на поверхностях, таких как столы, дверные ручки и телефоны. Однако это не основной способ распространения COVID-19. Врачи считают, что человек может распространять инфекцию, даже если у него отсутствуют какие-либо симптомы, однако этот механизм инфицирования не изучен. Поэтому вакцинация является одним из наилучших способов защитить свое здоровье и замедлить распространение вируса.

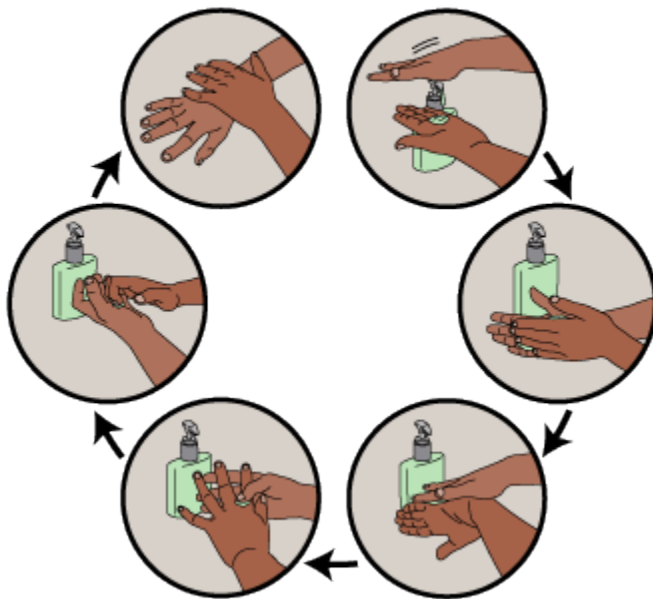
У некоторых людей наблюдается легкое течение COVID-19: они могут оставаться дома, не контактируя с окружающими, до улучшения самочувствия. Пациентам в тяжелом состоянии может потребоваться госпитализация. У некоторых людей с COVID-19 симптомы могут проявляться в течение нескольких недель или месяцев. Пациенты с COVID-19 должны самоизолироваться. Вы можете начать общаться с другими людьми, только когда ваш врач решит, что это безопасно.

Image Filename

Мытье рук



Дезинфекция рук



Какой уход необходим дома?

- Спросите у врача, что вам нужно будет сделать по возвращении домой. Если вы не поняли разъяснений врача, обязательно уточните все непонятные моменты.
- Употребляйте много воды, соков или бульона для восполнения потерь жидкости в связи с высокой температурой.
- Вы можете использовать увлажнители воздуха с холодным испарением, чтобы облегчить такие симптомы, как заложенность и кашель.
- Для облегчения дыхания и улучшения сна приподнимайте верхнюю часть туловища в положении лежа, подкладывая под голову 2–3 подушки.
- Не курите, не пейте пиво, вино и коктейли (спиртные).
- Чтобы снизить вероятность передачи инфекции другим людям, вакцинируйтесь против коронавирусной инфекции COVID-19 после выздоровления.
- Если вы не прошли полный курс вакцинации:
 - **Носите маску, закрывающую рот и нос, если вы находитесь в окружении людей,** которые не больны. Лучше всего использовать тканевые маски из нескольких слоев ткани.
 - Часто мойте руки.
 - Оставайтесь дома в отдельной комнате, если возможно, отдельно от других людей. Выходите из дома только для получения медицинской помощи.
 - По возможности пользуйтесь отдельной ванной комнатой.
 - Не готовьте пищу для других людей.

Какой необходим последующий уход?

- Врач может пригласить вас на визиты в медицинское учреждение, чтобы контролировать процесс лечения. Обязательно совершайте эти визиты. При посещении медицинского учреждения обязательно надевайте маску.
- По возможности заблаговременно сообщайте медицинскому персоналу о том, что у вас COVID-19. Это позволит принять дополнительные меры для предотвращения распространения заболевания.
- Полное выздоровление занимает несколько недель.

Какие лекарства могут понадобиться?

Врач может назначить лекарственные препараты для:

- Облегчения дыхания
- Снижения температуры тела
- Уменьшения отека в дыхательных путях и легких

- Облегчения кашля
- Облегчения боли в горле
- Облегчения насморка или помощи при заложенном носе

Какие могут быть ограничения физической активности?

Вам может потребоваться ограничить физические нагрузки. Поговорите с врачом о допустимых для вас физических нагрузках. Если вы тяжело переносите COVID-19, ваше выздоровление займет некоторое время.

Потребуется ли какой-либо другой уход?

Врачи не знают, как долго вы можете передавать вирус другим после болезни. По этой причине во время болезни важно по возможности находиться в отдельном помещении. На данный момент врачи дают вам общие рекомендации, которым вы должны следовать после того, как заболели. Контакты с другими людьми возможны при выполнении следующих условий:

- Нормальная температура тела в течение 24 часов при отсутствии приема жаропонижающих препаратов.
- Отсутствие таких симптомов, как кашель или одышка.
- После появления первых симптомов или получения первого положительного результата исследования на наличие инфекции должно пройти не менее 10 дней, и у вас должны отсутствовать указанные выше симптомы. Если вы перенесли более тяжелую инфекцию, некоторые эксперты рекомендуют подождать 20 дней.

Проконсультируйтесь со своим врачом по поводу получения вакцины от COVID-19.

Какие проблемы могут возникнуть?

- Потеря жидкости. Это обезвоживание.
- Кратковременное или продолжительное повреждение легких.
- Нарушения со стороны сердца.
- Смерть.

Когда мне следует позвонить врачу?

- Дыхание затруднено настолько, что Вы можете сказать только одно или два слова за раз.
- Чтобы нормально дышать, Вы должны сидеть только прямо и (или) не можете лежать.
- У Вас очень спутанное сознание, или Вы не можете сохранять бодрствующее состояние.
- Ваши губы или кожа приобретают синюшную или серую окраску.
- Вы думаете, что у Вас медицинская проблема, требующая экстренной помощи. К числу медицинских проблем, требующих экстренной помощи, относятся:

- Сильная боль в груди.
- Невозможность нормально двигаться или говорить.
- У Вас появляется одышка, когда Вы говорите или сидите неподвижно.
- У Вас появилась одышка, которой раньше не было.
- У Вас возникла слабость или головокружение.
- У Вас очень темная моча, или Вы не мочились более 8 часов.
- У Вас возникли или утяжелились симптомы COVID-19:
 - Повышение температуры
 - Кашель
 - чувство сильной усталости,
 - Сильный озноб
 - Головная боль
 - Затрудненное глотание
 - Рвота
 - Жидкий стул
 - Красновато-фиолетовые пятна на пальцах рук или ног

Пересказ: для лучшего понимания

Метод обратного обучения поможет вам усвоить полученную информацию. После общения с сотрудником расскажите ему своими словами о том, что вы узнали. Это позволит выявить аспекты, которые вы уяснили не до конца после объяснений сотрудника. Кроме того, вы сможете прояснить сложные для понимания моменты. Прежде чем отправиться домой, убедитесь, что вы можете:

- Рассказать о своем состоянии.
- Рассказать о том, что может облегчить дыхание.
- Рассказать о мерах, которые помогут избежать передачи инфекции окружающим.
- Рассказать о том, что вы будете делать в случае появления затрудненного дыхания, сонливости или спутанности сознания; посинения кончиков пальцев, ногтей, кожи или губ.

Использование информации потребителей и заявление об ограничении ответственности:

Эта информация не должна рассматриваться в качестве руководства по лечению и не заменяет собой информацию, предоставляемую Вам поставщиком медицинских услуг. Здесь приведены лишь краткие сведения общего характера. Здесь НЕ содержится полной информации о состояниях, заболеваниях, травмах, анализах, процедурах, способах лечения и видах терапии, а

также рекомендаций при выписке и указаний относительно образа жизни, которые могут относиться к Вам. Для получения полной информации о состоянии Вашего здоровья и возможных вариантах лечения Вам следует обратиться к поставщику медицинских услуг. Эту информацию не следует использовать, чтобы принять решение относительно приемлемости консультации, указаний или рекомендаций, поставщика медицинских услуг. Только поставщик медицинских услуг обладает необходимыми знаниями и квалификацией, чтобы надлежащим образом Вас проконсультировать. <https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms>

Last Updated 4/13/22



© 2022 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.