10 способов лечения симптомов респираторных заболеваний в домашних условиях

NC

RUSSIAN

Если у вас повышенная температура, кашель или затрудненное дыхание, обратитесь к своему лечащему врачу. Врач посоветует вам способы лечения в домашних условиях. Выполняйте следующие рекомендации:

1. Не выходите из дома, пока:
- С момента возникновения симптомов не пройдет минимум 7 дней И
- Температура не будет повышаться в течение 3-х дней без приема жаропонижающих средств А ТАКЖЕ
- Не улучшится симптоматика.

2. Тщательно наблюдайте за состоянием симптомов. В случае ухудшения симптомов незамедлительно обратитесь к своему лечащему врачу.

3. Отдыхайте и пейте больше жидкости.

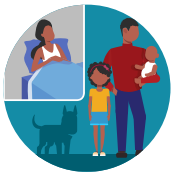
4. Перед посещением врача позвоните ему и предупредите, что вы заражены или можете быть заражены вирусом COVID-19.

5. Для получения экстренной помощи позвоните по телефону 911. Сообщите специалистам службы, что вы заражены или можете быть заражены вирусом COVID-19.

6. При кашле или чихании **прикрывайте рот** салфеткой, а затем выбросьте ее.

7. Чаще**мойте руки** водой с мылом в течение не менее 20 секунд.

8. По возможности ограничьте **социальные контакты с другими людьми,** находитесь в отдельной комнате и пользуйтесь отдельной ванной комнатой. При контакте с другими людьми надевайте маску.



9. Не используйте совместно никакие предметы домашнего обихода, включая продукты питания.

10. Необходимо ежедневно очищать поверхности, к которым вы часто прикасаетесь.

Департамент здравоохранения и социальных служб штата Северная Каролина — www.ncdhhs.gov/covid19

Дополнительные сведения можно получить по телефону 211 или на сайте nc211.org.

Подготовлено по материалам информационного письма Центров по контролю и профилактике заболеваний США (CDC) «10 способов лечения симптомов респираторных заболеваний в домашних условиях»

Департамент здравоохранения и социальных служб штата Северная Каролина | www.ncdhhs.gov | NCDHHS является работодателем и поставщиком, предоставляющим равные возможности. | март 2020 г.