

## **1. Что делать после возвращения из страны, в которой зарегистрированы случаи коронавируса?**

Прибывшим из стран, где зарегистрированы случаи заболевания коронавирусной инфекцией, необходимо незамедлительно сообщить о своём возвращении в поликлинику по месту жительства дистанционно и обеспечить самоизоляцию на 14 дней.

## **2. Куда обращаться с детьми, прилетевшими из стран, в которых зарегистрированы случаи коронавируса?**

Необходимо незамедлительно сообщить о возвращении всех членов семьи в поликлинику по месту жительства. Далее обеспечить самоизоляцию всех членов семьи, прибывших из стран, в которых зарегистрированы случаи заболевания коронавирусной инфекцией на 14 дней.

Детей, обучающихся в учебных заведениях, на период изоляции необходимо перевести на дистанционную форму обучения.

## **3. Какая медицинская организация должна выдавать больничный лист?**

В случае невозможности получения электронного листка нетрудоспособности (отказ работодателя в приёме электронных больничных листов) необходимо обратиться в медицинскую организацию по месту жительства по телефону для получения больничного листа на дому на бумажном носителе. Также больничные листы в поликлиниках по месту жительства выписываются в электронном варианте.

Для дистанционного получения больничного листа в электронной форме, работающим гражданам, прибывшим из стран, где зарегистрированы случаи коронавирусной инфекции, можно оформить больничный лист по карантину, дистанционно подав заявление на сайте Фонда социального страхования (посредством личного кабинета застархованного лица). Заявление можно подать не только на себя, но и на совместно проживающих граждан. Обращаться в поликлинику при этом не требуется.

Медицинским организациям будет представлено право оформлять больничные листы в дистанционной форме без очного осмотра пациента.

Дистанционно оформляют больничные листы следующие медицинские организации:

- ОГАУЗ «Иркутская городская клиническая больница № 8»: телефон 55-31-47;
- ОГБУЗ «Иркутская городская клиническая больница № 3»: телефоны 28-09-94, 89025614401, 8914913609;
- ОГАУЗ «Братская городская больница № 5»: телефон 89041323876.

## **4. Какие симптомы наблюдаются при заражении COVID-19?**

Основные симптомы:

- Повышение температуры тела в >90% случаев
- Кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты) в 80% случаев
- Одышка в 55% случаях
- Ощущение сдавленности в грудной клетке в >20% случаев

Редкие симптомы:

- головные боли (8%)
- кровохарканье (5%)
- диарея (3%)
- тошнота, рвота
- сердцебиение

Данные симптомы в дебюте инфекции могут наблюдаться в отсутствии повышения температуры тела.

**5. При каких симптомах, лицам, прибывших из стран, где зарегистрированы случаи заболевания коронавирусом, необходимо обращаться за медицинской помощью и куда (самостоятельно в поликлинику, вызвать врача на дом)?**

При появлении симптомов ОРВИ (повышение температуры, насморк, кашель, боли в горле) человек должен незамедлительно обратиться за медицинской помощью, вызвав врача на дом.

**6. Если в поликлинике отказываются принимать вызов врача на дом, куда обращаться?**

В данном случае необходимо обратиться на «горячую линию» медицинской организации на телефон дежурного администратора.

Телефоны «горячих линий» медицинских организаций региона указаны на сайте министерства здравоохранения Иркутской области ([см. по ссылке](#)).

**7. Какие меры профилактики предпринять, чтобы не заразиться?**

- Избегайте поездок в страны, где регистрируются случаи новой коронавирусной инфекции.
- Избегайте контактов с людьми, имеющими признаки простуды и ОРВИ (выделения из носа, кашель, чихание и др.).
- Избегайте мест массового скопления людей.

- Как можно чаще мойте руки с мылом в течение 30 секунд. При отсутствии доступа к воде и мылу используйте одноразовые спиртовые салфетки или увлажняющие гигиенические антибактериальные салфетки.
- Прикасайтесь к лицу и глазам только тщательно вымытыми руками или одноразовой салфеткой.
- По возможности – не прикасайтесь к ручкам, перилам, другим предметам и поверхностям в общественных местах и ограничьте приветственные рукопожатия, поцелуи и объятия.
- Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.
- Регулярно делайте влажную уборку в помещении, в котором находитесь.
- Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансированно питайтесь и регулярно занимайтесь физическими упражнениями.