



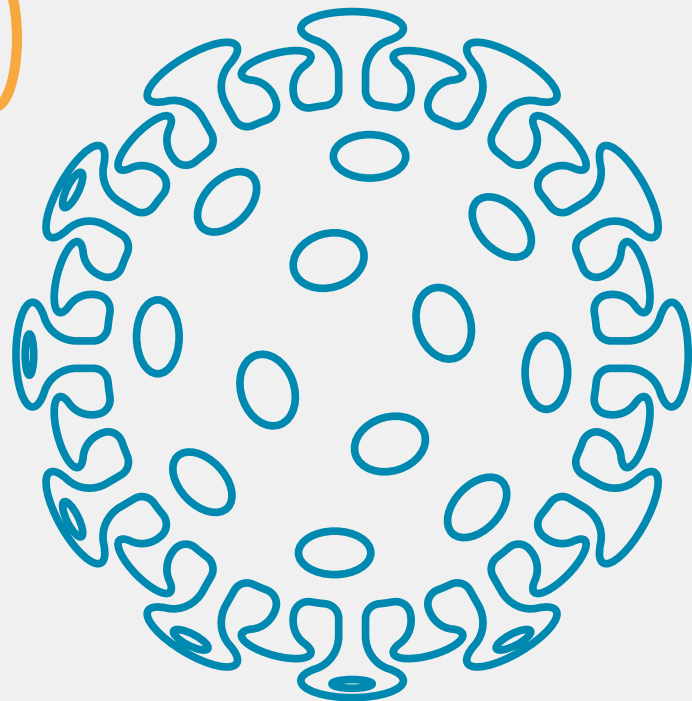
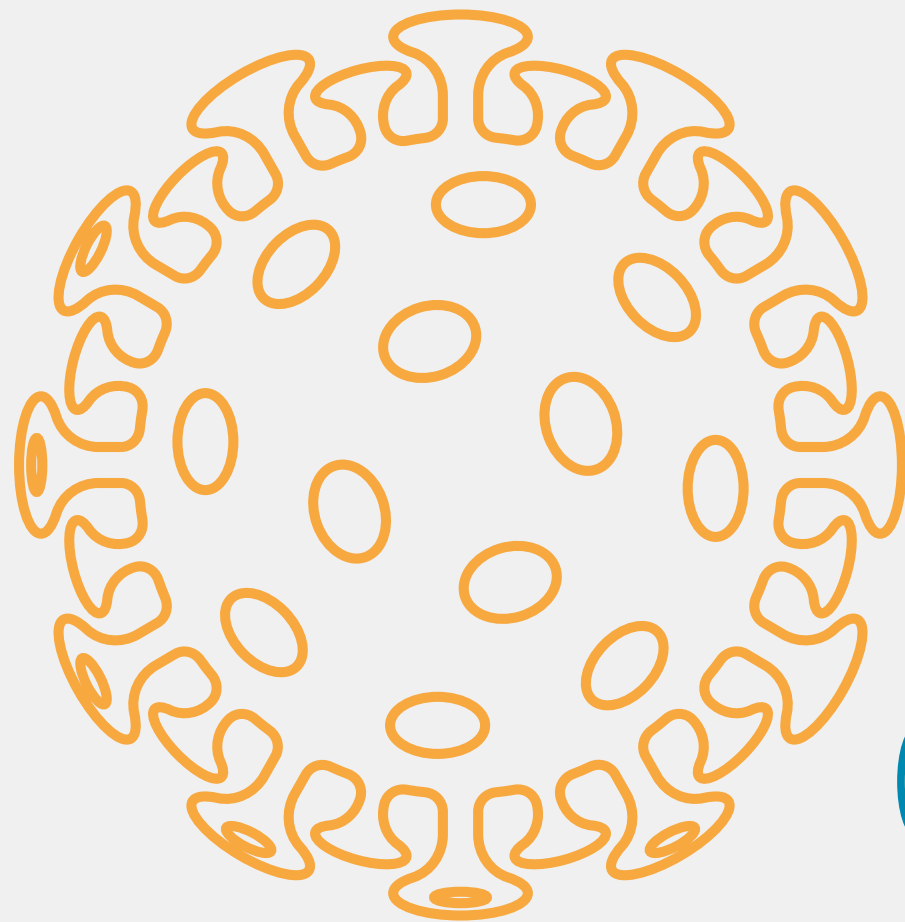
Bundesministerium
für Gesundheit

*Ethno-
Medizinisches
Zentrum e.V.*



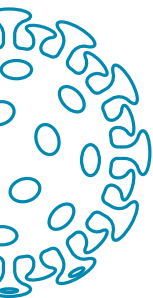
Коронавирус SARS-CoV-2

Информация и практические советы

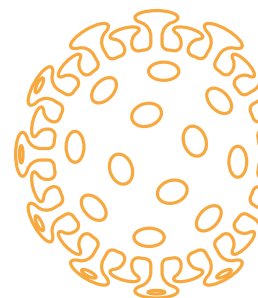


**Zusammen
gegen Corona**

Поведение, обеспечивающее безопасность и уважительное отношение!



- Обязательно следуйте последним имеющимся на данный момент **указаниям, требованиям и инструкциям**, которые публикуют государственные органы.
- Мы должны действовать **дисциплинированно и сообща**. Это поможет уберечь не только Ваше здоровье, но и здоровье всех тех, кто Вас окружает, Ваших ближних.
- Полагайтесь только на надежные и достоверные **источники информации**.
- В Германии надежными источниками информации, освещающими состояние дел на текущий момент, являются, кроме всех прочих, Институт им. Роберта Коха (RKI), Федеральный центр медицинского просвещения (BZgA), а также Федеральное министерство здравоохранения (BMG).
- Самую последнюю и надежную информацию на различных языках, особенно о положении дел в международном масштабе, публикует также Всемирная организация здравоохранения (WHO).



Как наиболее эффективно защитить себя?

Вакцинация против коронавирусной инфекции (прививка бесплатна) является самым эффективным на сегодняшний момент способом избежать заболевания и его последствий. Чем больше привитых, тем хуже способность вируса к распространению. Кроме того, вакцинация помогает предотвратить случаи заболевания, которые протекают в тяжелой форме, а также случаи со смертельным исходом. Поскольку в стране достаточный запас эффективных и надежных вакцин против коронавируса, все граждане Германии начиная с 12-го возраста могут пройти вакцинацию.

Социальное дистанцирование + меры гигиены + ношение маски в повседневной жизни: (начальные буквы образуют так называемую формулу АНА = Abstand + Hygiene + Alltag mit Maske). Наравне с прививкой в борьбе с коронавирусом основополагающую роль играют мероприятия по защите от инфекционных заболеваний, купирующие пандемию. Формула АНА была расширена за счет введения двух дополнительных правил: еще одна «А» (от слова „App“) и „L“ (от слова „Lüften“). „А“ это «Corona-Warn-App», или мобильное приложение для телефона. С его помощью осуществляется быстрое и анонимное оповещение клиентов в том случае, если они находились в близости от зараженного человека. Буква „L“ означает: следите за регулярным проветриванием внутренних помещений.

Не забывайте напоминать об этих защитных мерах своим домашним, друзьям и знакомым. Если мы все будем проявлять бдительность, то сможем, соблюдая правила формулы АНА+А+L, защитить и себя, и окружающих от заражения!



Соблюдение гигиенических мер предохранит от заражения: как нужно чихать и кашлять

- Прикрывайте рот и нос во время чихания и кашля бумажным носовым платком. Используйте его однократно. Выбросьте использованный платок в мусорное ведро и по возможности вымойте или же продезинфицируйте после этого руки.
- Если под рукой нет носового платка, то не нужно чихать в ладони, закрывая ими нос и рот (!) Чихать следует в сгиб локтя.



Мытье рук

- Регулярно мойте руки с мылом – и прежде всего по возвращении домой; после сморкания, кашля, чихания; перед тем, как приступить к приготовлению пищи; перед едой; после посещения туалета, перед и после общения с заболевшими. По возможности следует мыть руки перед тем, как была надета/после того, как была снята маска.
- Начиная мыть руки, поместите их под струю воды. Затем намыльте кисти (с обеих сторон, включая пальцы, не забывая межпальцевые промежутки и запястья), распределяя мыло по всем участкам и осторожно втирая его в кожу рук. Не торопитесь – на процедуру следует затратить не менее 20 – 30 секунд. Затем руки нужно ополоснуть и тщательно высушить; если у Вас чувствительная кожа рук, то следует пользоваться средствами ухода.



Соблюдайте дистанцию и пользуйтесь маской

- Осведомитесь о последних предписаниях по ограничению социальных контактов, действующих соответственно в Вашей федеральной земле.
- Старайтесь избегать тесных физических контактов – приветствий в виде рукопожатия, поцелуев и объятий. Это не является проявлением невежливости – наоборот, Вы убережете как себя, так и окружающих от заражения.
- Если Вы заболели, то в целях выздоровления, а также для предотвращения дальнейшего распространения инфекции нужно оставаться дома.
- С целью предотвращения прямого переноса возбудителя инфекции старайтесь находиться на расстоянии минимум 1,5 метра от окружающих. Зараженные лица без симптомов заболевания являются потенциально заразными для других.
- Ношение так называемых хирургических, FFP2- и KN95/N95-масок является повсеместно обязательным. Ношение маски снижает вероятность заражения, особенно в тех ситуациях, когда не удастся соблюдать социальную дистанцию или же когда несколько человек встречаются и находятся вместе длительное время в закрытом помещении. При правильном применении маски – хирургические, а также FFP2 и KN95/N95-маски – обеспечивают более надежную по сравнению с обыкновенными бытовыми масками защиту от заражения. Соблюдайте соответственно общие, а также специальные, действующие в Вашей федеральной земле распоряжения органов власти, регулирующие порядок в определенных зонах общественного пространства.

Что нужно знать о коронавирусе SARS-CoV-2

Коронавирус SARS-CoV-2 может распространяться через капельки жидкости (например, при чихании и кашле), также в виде аэрозоля. Аэрозоль – это облако из мельчайших частиц жидкости, находящихся во взвешенном состоянии. Оно выделяется главным образом при разговоре (особенно, когда человек громко говорит) или пении. Аэрозольное облако может в течение долгого времени сохраняться в воздухе и переносить вирусы. Поэтому следует обязательно регулярно проветривать внутренние помещения.

Значение имеет и контактный путь заражения, при котором возбудитель заболевания попадает в организм человека опосредованно, через грязные руки (если человек сначала прикасается к загрязненной поверхности и затем, не помыв рук, касается ими слизистых оболочек рта, носа, глаз). Поэтому является чрезвычайно важным соблюдение таких общих правил гигиены, как регулярное мытье рук с мылом; старайтесь прикасаться к лицу только чистыми руками.

Инфекция может протекать по-разному, симптомы могут быть различными. Наблюдается как бессимптомное течение данного инфекционного заболевания, так и тяжелые формы вирусной пневмонии.

К числу наиболее часто предъявляемых жалоб относятся следующие: кашель, насморк, лихорадка, потеря обоняния и вкусовой чувствительности. Данные симптомы не обязательно сочетаются друг с другом. Далее, могут наблюдаться такие признаки заболевания, как головная боль и боли в конечностях, разбитость, боль в горле. Больные также могут жаловаться на боли в животе, тошноту и рвоту вследствие заражения вирусом SARS-CoV-2.

Повышенному риску тяжелого течения заболевания подвержены пожилые пациенты, а также пациенты с фоновыми заболеваниями. Однако тяжелое течение заболевания наблюдается и у молодых пациентов, без каких-либоотягощающих заболеваний в анамнезе.

В настоящий момент принято считать, что между моментом заражения и появлением признаков заболевания может пройти до 14 дней. Средний промежуток времени между моментом заражения и манифестацией симптомов составляет 5 – 6 дней.

Важно помнить, что заразными для других могут быть те лица, у которых симптомы заболевания еще пока отсутствуют, хотя с момента заражения уже прошло несколько дней! В основном заражение происходит уже за 1 – 2 дня до того, как у зараженного проявляются симптомы болезни. Даже если у зараженного человека отсутствуют симптомы болезни, он все равно может быть заразным для других.

Если в Вашем окружении кто-то заболел, то это не значит, что заболевший несет вину за свое заболевание.

При определенных видах деятельности – например, в детсадах, в домах по уходу, на работе – не всегда удается исключить любую, даже самую малейшую, возможность передачи вируса.

Важно помнить, что вакцинация – это наш выход из того положения, которое возникло вследствие пандемии. Прививка является наиболее действенным средством защиты от заражения и от последствий болезни. И все же необходимо и впредь соблюдать правила гигиены. Полностью исключить перенос возбудителя среди уже привитых нельзя, хотя риск заражения значительно снижен.

Что делать, если Вы подозреваете у себя заражение коронавирусом SARS-CoV-2?

Если Вы заметили у себя симптомы заболевания или если Вы общались с человеком, у которого было подтверждено заражение коронавирусом SARS-CoV-2, то Вам необходимо оставаться дома и отказаться от любых контактов, если они не являются крайне необходимыми, особенно от контактов с людьми, входящими в группу риска.

Если у Вас появились признаки заболевания, обращайтесь по телефону в практику Вашего домашнего/лечащего врача, к дежурному врачу, на местную горячую линию по коронавирусу, в специально организованные амбулатории/пункты тестирования („Fieberambulanz“). В названных пунктах/учреждениях Вас проинформируют о дальнейших действиях.

Связаться с дежурным врачом можно по телефону 116 117. Дежурный врач доступен также и в ночное время, на выходных, в праздничные дни по всей Германии.

В неотложной ситуации звоните по телефону 112.

Сообщите врачу о наличии у Вас фоновых заболеваний (например, повышенное кровяное давление, диабет, заболевания сердечно-сосудистой системы, тяжелая депрессия, биполярное расстройство, деменция или хронические заболевания органов дыхания).

Также сообщите, если у Вас имеется заболевание иммунной системы или если Вы проходите курс лечения, которое ослабляет иммунитет.

К врачу можно идти только после того, как Вам предварительно назначили время приема. Таким образом Вы убережете от заражения других и не позволите коронавирусу распространяться дальше!

Если Вы находились в контакте с зараженными лицами, однако признаки заболевания у Вас отсутствуют – сообщите об этом в Ваш местный департамент здравоохранения (Gesundheitsamt). Это нужно сделать также и в том случае, если Вы пользуетесь мобильным приложением Corona-Warn-App и получили соответствующее оповещение, предупреждающее об опасности заражения.

Департамент здравоохранения проинформирует Вас о дальнейших действиях.

Адрес местного департамента здравоохранения можно найти, воспользовавшись ссылкой www.rki.de/mein-gesundheitsamt

Какие тесты и способы их проведения существуют?

При подозрении на острую инфекцию или же если Вы контактировали с человеком, у которого была установлена коронавирусная инфекция COVID-19, Вас обследуют с помощью лабораторного теста на наличие вируса.

Самым надёжным считается результат **ПЦР-теста**, с помощью которого можно выявить генный материал вируса. Для этого во врачебной практике или же в специальных пунктах, оборудованных для тестирования граждан, у тестируемого берут мазок из полости носа/глотки. Забор биоматериала производится специально обученным/медицинским персоналом. Справку с результатами теста можно получить уже через 1 – 2 дня (в письменной или электронной форме).

Другим методом тестирования является **экспресс-тест на антигены**, который должен проводится специально обученными/медицинскими работниками. Диагностика проводится сразу же на месте. Результат теста выдают в письменной или электронной форме. Отрицательный тест действителен в течение ограниченного времени, кроме того, никогда нельзя с полной уверенностью исключить возможность наличия инфекции.

Если результат ПЦР-теста или экспресс-теста на антигены положительный, то об этом сообщают в соответствующий местный Департамент здравоохранения, чтобы его сотрудники смогли обеспечить необходимые меры защиты от инфекционных заболеваний.

Используя **тест для самостоятельной** диагностики, можно самому провести тестирование. Такие наборы для самотестирования могут быть полезны в определенной ситуации – например, перед тем, как навестить родственников или знакомых. Наборы можно приобрести в аптеках, магазинах розничной торговли и магазинах бытовой химии и косметики.

В определенных ситуациях тест для самостоятельной диагностики проводится на местах под наблюдением персонала – это относится, например, к посетителям медицинских учреждений непосредственно перед визитом. Здесь также действует правило, что отрицательный результат теста действителен в течение ограниченного времени.

Внимание! Положительный результат экспресс-теста на антигены для домашнего тестирования является первым указанием на наличие инфекции; при возникшем подозрении необходимо не откладывая подтвердить результат с помощью ПЦР-теста.

Если Вы провели дома тест самостоятельно и получили положительный результат, то Вам

следует сообщить о нем домашнему врачу или же по телефону 116 117, чтобы затем с целью подтверждения результата была проведена диагностика с помощью ПЦР-теста. Пока этот тест не будет проведен, следует оставаться дома и соблюдать правила АНА+А+L.

Вы должны исходить из того, что при положительном результате экспресс-теста на антиген Вы чрезвычайно заразны для других.

Но! Отрицательный результат экспресс-теста на антигены, опять же, не исключает у тестируемого наличия инфекции, что делает абсолютно необходимым дальнейшее соблюдение защитных мер (правила формулы АНА+А+L).

Могу ли я привиться против ковид-19?

В Германии число людей, которые не могут быть привиты (например, из-за наличия у них аллергии), незначительно.

На текущий момент пока еще не прививают против ковид-19 детей до 12-ти лет.

На территории Германии уже разрешены к широкому применению несколько видов эффективных и безопасных вакцин для профилактики COVID-19.

Постоянный комитет по вакцинации STIKO Института им. Роберта Коха рекомендует профилактическую вакцинацию против ковид-19 всем гражданам старше 12 лет.

Кроме того, с целью профилактики можно пройти ревакцинацию (с применением мРНК-вакцины). На нее имеют право лица старше 60-ти лет; лица, задействованные в учреждениях по уходу; также сотрудники, оказывающие в различных сферах и учреждениях помощь в социальной адаптации людям с инвалидностью/лицам, сталкивающимся с проблемами при трудоустройстве; далее лица, задействованные в различных учреждениях и оказывающие помощь особо уязвимым группам населения; лица с ослабленной иммунной системой; лица, нуждающиеся в посторонней помощи по уходу.

Ревакцинация показана, кроме того, лицам, которые по работе регулярно контактируют с заразными больными.

Сверх того, ревакцинация рекомендована всем лицам, получившим полноценную вакцинацию векторными вакцинами (двухэтапная прививка препаратом Vaxzevria®, выпускаемым фирмой AstraZeneca или же одноэтапная прививка вакциной COVID-19 Janssen® фирмы-производителя Johnson&Johnson), далее всем тем, кто после перенесенного заболевания ковид-19 получил одноразовую прививку векторным препаратом.

В Германии не существует обязанности прививаться против COVID-19.

В качестве документа, подтверждающего вакцинацию, действительны: паспорт профилактических прививок (желтый бумажный носитель), выданная на месте справка о получении прививки и документ о вакцинации в электронной форме.

Самые последние сведения о прививках для профилактики коронавирусной инфекции, а также действующие распоряжения в отношении привитых и выздоровевших граждан, можно получить на сайте

www.corona-schutzimpfung.de

Насколько опасны различные варианты коронавируса

В настоящий момент распространяются новые разновидности коронавируса – такие, как «альфа», «бета» и «дельта». Сведения, имеющиеся в отношении этих новых вариантов вируса, указывают на их повышенную скорость передачи и распространения. То есть эти варианты более заразны, чем предыдущий, первоначальный вариант SARS-CoV-2.

Полноценная профилактическая прививка против коронавируса в комплексе с рекомендованными правилами поведения (в т.ч. правила АНА+А+L) по-прежнему являются самой надежной защитой от вируса и его вариантов.

Нужно ли пользоваться маской?

Если человек, зараженный коронавирусом SARS-CoV-2, пользуется маской, то она задерживает часть капелек жидкости, образующихся в момент чихания или кашля, также при разговоре и пении. Поэтому распространение инфекции воздушно-капельным путем снижается и происходит не так быстро, как без маски. Ношение маски особенно целесообразно в ситуациях, когда соблюдение правила социальной дистанции затруднительно/не всегда возможно.

Ношение так называемых хирургических, FFP2- и KN95/N95-масок является обязательным повсеместно. Ношение маски снижает вероятность заражения, особенно в тех ситуациях, когда не удается соблюдать социальную дистанцию или же когда несколько человек встречаются и находятся вместе длительное время в закрытом помещении.

При правильном применении маски – хирургические, а также FFP2 и KN95/N95-маски – обеспечивают более надежную по сравнению с обычными бытовыми масками защиту от заражения.

Соблюдайте соответственно действующие общие, а также специальные, распоряжения органов власти для Вашей местности.*

Важный момент: маска должна хорошо сидеть и обеспечивать плотное прилегание, ее нужно регулярно менять – самое позднее, когда она стала влажной. Напитав влагу, маска больше не является для вируса барьером.

Дополнительную информацию о масках можно получить на сайте Федерального института лекарственных препаратов и медицинских изделий:

www.bfarm.de/SharedDocs/Risikoinformationen/Medizinprodukte/DE/schutzmasken.html

Даже если Вы пользуетесь маской, нужно по-прежнему выполнять следующие правила: соблюдать дистанцию 1,5 метра до окружающих, не забывать тщательно мыть руки, а также правильно чихать и кашлять, регулярно проветривать внутренние помещения. Каждая из перечисленных мер повышает безопасность.

Необходимость применения средств для дезинфекции рук

В большинстве случаев достаточной мерой является регулярное и тщательное мытье рук. Если нет возможности вымыть руки, то целесообразно их продезинфицировать.

* Наряду с системой оповещения, мобильное приложение **Warn-App NINA** предоставляет также информацию о пандемии, вызванной в настоящий момент коронавирусом. Сведения можно получить не только для абонированных населенных пунктов, но и для места нахождения в настоящий момент (если эта функция активирована). Тем самым Вы можете ознакомиться с инструкциями, которые действуют в данной местности. Дополнительная информация о мобильном приложении Warn-App NINA доступна на сайте: www.bbk.bund.de/DE/NINA/Warn-App_NINA_node.html

** Информацию о том, как Вы должны себя вести, въезжая на территорию Германии, можно получить на сайте: www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus-merkblatt-fuer-reisende

Начиная с 01.03.2021 немецкие операторы мобильной связи рассылают всем въезжающим на территорию Германии SMS-информацию Федерального правительства по коронавирусу.

В чем разница между карантином и изоляцией и с какой целью назначают данные меры?

Изоляция – это введенная в официальном порядке ограничительная мера для пациентов, у которых подтверждено заражение вирусом SARS-CoV-2. В зависимости от тяжести заболевания изоляция предусматривает помещение и пребывание больного в домашних условиях или же в больнице.

Карантин – это ограниченное по времени отделение лиц с явным подозрением на заражение коронавирусом SARS-CoV-2. Если не помещать таких лиц на карантин, то это может позволить возбудителю распространяться и дальше. В основном это относится к тем, кто был в тесном контакте с заболевшими или же к тем, кто вернулся из зоны риска/страны с неблагоприятной эпидемиологической ситуацией по коронавирусу.**

Целью помещения человека на режим изоляции/на карантин является путем снижения количества контактов данного лица с другими людьми не допустить дальнейшего распространения возбудителя заболевания.

Как долго длится изоляция/карантин?

Решение о том, что помещенный под домашний карантин или же находившийся на изоляции человек может выходить дома, принимается сотрудниками соответствующего департамента здравоохранения после согласования с наблюдавшим его врачом.

Отмена режима изоляции для лиц, находящихся в условиях домашней изоляции по причине наличия у них заболевания COVID-19, возможна не ранее, чем через 14 дней после начала заболевания. Отмена режима изоляции возможна только после того, как будет получен отрицательный результат экспресс-теста на антигены или же ПЦР-теста и при отсутствии в течение 48 часов симптомов коронавирусной инфекции COVID-19, также только после значительного улучшения состояния здоровья.

По рекомендации Института им. Роберта Коха (RKI, Robert Koch-Institut), срок домашнего карантина составляет 10 дней. Отсчет начинается со дня последнего контакта с зараженным лицом. Рекомендуется как можно раньше провести тестирование с помощью ПЦР-теста. Для того, чтобы карантин отменили, необходим подтвержденный отрицательный результат экспресс-теста на антигены или же ПЦР-теста.

Исключения составляют случаи, когда человек полностью привит или же в течение последних 6 месяцев перенес подтвержденную (с помощью ПЦР-теста) коронавирусную инфекцию (так называемые «выздоровевшие») и не имеет признаков заболевания. С дополнительной информацией можно ознакомиться на сайте:

www.zusammengegencorona.de

На что нужно обращать внимание во время помещения под домашний карантин?

Во время нахождения под домашним карантином Вы должны неукоснительно соблюдать указания департамента здравоохранения. Кроме того, запрещено покидать пределы жилища; другим лицам запрещено посещать Вас. Кроме того, Вы должны проводить контроль состояния здоровья.

Избегайте тесного контакта с другими лицами, проживающими в одной квартире с Вами. Используйте отдельно по времени те помещения, которые предназначены для общего пользования.

Правила нахождения на карантине проживающих в домохозяйстве детей должны быть адаптированы в соответствии с возрастом ребенка. Например, пребывание детей и родителей в отдельных комнатах (также братьев/сестер) должно быть приемлемым для родителей и хорошо переносится самим ребенком.

Если нет возможности организовать отдельное пребывание, и Вы вынуждены находиться в одном помещении вместе с другими, то держитесь на расстоянии не менее 1,5 метра и используйте маску. Обратите в таком случае особое внимание на интенсивное проветривание помещений.

Даже если для Ваших домочадцев и отсутствует предписание карантинного режима, им все-таки рекомендуется по возможности на 14 дней снизить до минимума количество контактов, при появлении симптомов незамедлительно сделать тест и добровольно соблюдать карантин.

Проинформируйте тех, с кем Вы тесно контактируете и кто не является членом Вашего домохозяйства. Эти люди также должны, насколько возможно, ограничить круг своих контактов и следить за тем, не появились ли у них симптомы заболевания.

Заручитесь поддержкой со стороны семьи, знакомых, друзей, если Вам необходимо сделать покупки. Попросите, чтобы пакеты с продуктами оставляли перед дверью в квартиру. Если нет никого, кого Вы можете попросить о помощи, обратитесь в местное соседское сообщество.

Уделите внимание должному (регулярному) проветриванию дома/квартиры.

Не используйте вместе с домочадцами или же другими проживающими совместно с Вами в квартире лицами посуду, столовые принадлежности и предметы гигиены. Столовые принадлежности и посуду необходимо регулярно и тщательно мыть.

Что нужно делать, если во время пребывания на карантине/изоляции появились жалобы?

Если во время нахождения на домашнем карантине Вы почувствуете, что заболеваете, если появились кашель, нарушения дыхания, повысилась температура, то нужно незамедлительно сообщить в департамент здравоохранения.

При выраженном болезненном состоянии обратитесь по телефону в практику Вашего семейного врача, в любую другую практику или к дежурному врачу по телефону 116117. Во время телефонного разговора обязательно укажите, что Вы находитесь на домашнем карантине.

Если Вы находитесь на изоляции дома с целью выздоровления и по поводу подтвержденного, протекающего в легкой форме инфекционного заболевания COVID-19, то при ухудшении состояния и нарастании симптоматики необходимо срочно связаться по телефону с врачом.

Если врачебная помощь необходима по поводу какого-либо другой патологии или же по поводу предшествующего заражению и не связанного с ним заболевания, то свяжитесь по телефону с практикой семейного врача/другого специалиста или обратитесь к дежурному врачу по телефону 116 117.

В телефонном разговоре обязательно укажите на то, что находитесь на карантине в домашних условиях.

В экстренных случаях, например, при остро возникших нарушениях дыхания, вызывайте неотложку по телефону 112.

Известны ли и каковы отдаленные последствия инфекционного заболевания COVID-19?

После перенесенного заболевания COVID-19 его симптомы могут сохраняться или вновь появляться еще в течение нескольких недель или даже месяцев после острого заболевания. К ним относят, например, отсроченные специфические осложнения после проведенной интенсивной терапии. Однако отдаленные последствия перенесенной инфекции могут и не зависеть от ее тяжести, а также сформироваться в результате незаметно протекавшей инфекции, которую человек перенес бессимптомно. Особенно в случаях инфекции, сопровождающихся воспалением легких, наблюдается достаточно длительный этап выздоровления. Коронавирус является мультиорганным вирусом. Это значит, что могут быть поражены не только легкие, но и другие органы – например, сердце, почки, печень, головной мозг.

Вследствие многообразия симптоматики и еще недостаточно изученных механизмов, в настоящий момент отсутствует клиническое определение возможных отсроченных осложнений инфекции SARS-CoV-2. Поздние осложнения заболевания описаны не в виде синдрома со стандартными проявлениями, а рассматриваются как отдельные картины различных заболеваний.

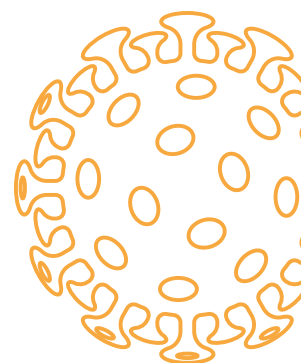
Часто встречаются следующие симптомы: общее болезненное самочувствие, вялость, нарушения способности запечатления информации, состояние постоянной усталости. Имеются и указания на появление таких нехарактерных и непривычных симптомов, как внезапная рвота и интенсивное головокружение. Некоторые из переболевших с трудом справляются или же вообще не справляются с повседневными делами.

Особенно часто наблюдаются отдаленные последствия заболевания у лиц, перенесших его в тяжелой форме.

Изучение точных причин развития отдаленных последствий инфекции еще продолжается. Если у Вас после перенесенной инфекции сохраняются или вновь появились жалобы, сообщите об этих симптомах Вашему семейному врачу.

В Германии есть клиники, в штат которых введены так называемые амбулатории для лечения больных с постковидным синдромом. Непроходящее состояние усталости, длящееся более 6 месяцев, служит показанием для обращения в такую клинику для обследования. Также существуют группы самопомощи; обзорная информация доступна на сайте

www.langzeitcovid.de



Где можно получить информацию?



Приложение для телефона, предназначенное для борьбы с коронавирусом (Corona-Warn-App), поможет Вам быстро и анонимно определить, нет ли поблизости от Вас зараженных людей.

Кроме того, приложение содержит дополнительную информацию.

Бесплатное приложение можно скачать в магазине приложений [App Store](#) (для iPhone) и в магазине приложений от компании [Google Play](#).

По месту проживания **местный департамент здравоохранения** предоставляет информацию и поддержку: номер телефона можно узнать, воспользовавшись ссылкой www.rki.de/mein-gesundheitsamt

Федеральное министерство здравоохранения (BMG) предоставляет централизованно подготовленную информацию о коронавирусе на сайте www.zusammengegen corona.de

а также информирует о защитных прививках для профилактики коронавирусной инфекции на сайте www.corona-schutzimpfung.de

Телефон для граждан: **030 346 465 100**

Консультационная служба для лиц с различными нарушениями слуха:

Факс: **030 340 60 66-07,**

info.deaf@bmg.bund.de

info.gehoerlos@bmg.bund.de

Новости на языке жестов (видеотелефон):

www.gebaerdentelefon.de/bmg/

Институт им. Роберта Коха (RKI) публикует на своем сайте сведения о коронавирусе:

www.rki.de

Федеральный центр медицинского просвещения (BZgA) составил список ответов на часто встречающиеся вопросы в отношении коронавируса. С ними можно ознакомиться, если воспользоваться ссылкой:

www.infektionsschutz.de

Институт им. Пауля Эрлиха (PEI) (Федеральный институт вакцин и биомедицинских лекарственных средств) предоставляет на своем сайте информацию о препаратах для вакцинации с целью профилактики COVID-19:

www.pei.de/coronavirus

Текущую информацию на нескольких языках можно найти также на сайтах

www.integrationsbeauftragte.de/corona-virus и

www.eu-gleichbehandlungsstelle.de/corona-virus

Министерство иностранных дел предоставляет сведения о мерах безопасности для путешествующих в соответствующие регионы:

www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit


Всемирная организация здравоохранения (WHO) публикует информацию о состоянии дел в мировом масштабе:


www.who.int


Impressum (Выходные данные)


Нераусgeber (Издатель)

Федеральное министерство здравоохранения (BMG)
Отдел по подготовке публикаций и по работе с
общественностью
11055 Berlin
www.bundesgesundheitsministerium.de

 [bmg.bund](https://www.facebook.com/bmg.bund)

 [bmg_bund](https://twitter.com/bmg_bund)

 [BMGesundheit](https://www.youtube.com/BMGesundheit)

 [bundesgesundheitsministerium](https://www.instagram.com/bundesgesundheitsministerium)

Этно-медицинский Центр (EMZ e.V.), 30175 Hannover

Состояние на 07.10.2021

Верстка eindruck.net, 30175 Hannover

Иллюстрации Scholz & Friends Berlin GmbH, 10178 Berlin,
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 50825 Köln

Возможность для заказа

Рассылка публикаций Федерального правительства
Publikationsversand der Bundesregierung
Postfach 48 10 09, 18132 Rostock
Телефон обслуживания клиентов: 030 182722721
Номер факса обслуживания клиентов: 030 18102722721
Адрес эл. почты: publikationen@bundesregierung.de
Заказ по видеотелефону (для лиц с сенсорными нарушениями):
gebaerdentelefon@sip.bundesregierung.de

Заказать в Интернете www.bundesregierung.de/publikationen

Также можно скачать и заказать **другие публикации**,
выпускаемые Федеральным правительством, по ссылке:
www.bundesregierung.de/publikationen

Bestellnummer (Номер заказа) BMG-G-11099rus

Ссылки на Интернет-ресурсы

Ответственность за содержание размещенных на внешних
сайтах и ресурсах материалов, на которые указывает ссылка,
несет владелец данного сайта.

Данное бесплатное печатное издание издается Федеральным
министерством здравоохранения в рамках работы с
общественностью. Кандидатам на выборную должность, а
также агитаторам на избирательных участках запрещается
использование данного издания в целях агитации в рамках
предвыборной кампании. Запрет действует в отношении
выборов в Европейский парламент, в Бундестаг, выборов в
земельные парламенты и местные органы власти.