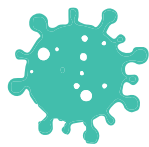


# Краткое руководство по мерам против COVID-19 для компаний

---



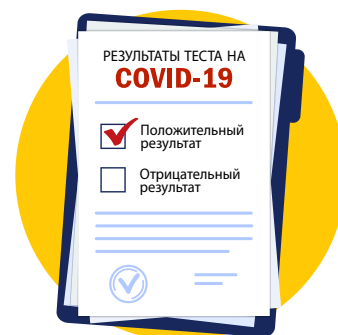
CORONAVIRUS  
UTAH.GOV

# Как долго сотруднику необходимо оставаться дома в случае положительного результата теста на COVID-19?

Если у вас есть [симптомы](#) COVID-19, или ваш тест показал положительный результат, вам следует оставаться дома, даже если вы привиты или болели COVID ранее. Вы должны оставаться дома все время, кроме случаев, когда вам понадобится обратиться за медицинской помощью. Вы не должны посещать детские учреждения, работать, совершать поездки или участвовать в каких-либо мероприятиях или собраниях.

## Если у вас есть симптомы, оставайтесь дома до тех пор, пока:

- в течение 24 часов у вас не будет наблюдаться признаков жара (при условии, что вы не употребляли препарат, понижающий температуру тела);
- в течение последних 24 часов у вас будет наблюдаться улучшение симптомов;
- **со дня сдачи теста прошло не менее 5 дней.** День прохождения теста, давшего положительный результат, называется «день 0». Оставайтесь дома, пока с момента прохождения теста, давшего положительный результат, не пройдет 5 полных дней (дни 1–5). Вы должны оставаться дома не менее 5 дней.

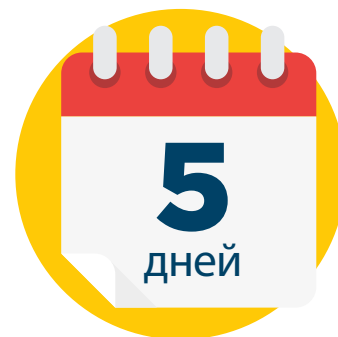


Возможно, вам придется оставаться дома дольше 5 дней, если в картине ваших симптомов не наблюдается улучшений. Некоторые симптомы, такие как утрата вкусовой чувствительности или обоняния, могут сохраняться недели или месяцы, даже если вы больше не заразы и вам не нужно оставаться дома. Подробнее [здесь](#).

В течение еще 5 дней после окончания самоизоляции в домашних условиях при нахождении рядом с другими людьми и в общественных местах носите [хорошо прилегающую к лицу маску](#).

## Если у вас не проявлялось никаких симптомов, оставайтесь дома до выполнения следующих условий:

- **Со дня сдачи теста прошло не менее 5 дней.** День прохождения теста, давшего положительный результат, называется «день 0». Оставайтесь дома, пока с момента прохождения теста, давшего положительный результат, не пройдет 5 полных дней (дни 1–5). Вы должны оставаться дома не менее 5 дней.



Если вы почувствуете недомогание, или у вас появятся симптомы, ваша 5-дневная самоизоляция в домашних условиях должна начаться заново. Подробнее [здесь](#).

В течение еще 5 дней после окончания самоизоляции в домашних условиях при нахождении рядом с другими людьми и в общественных местах носите [хорошо прилегающую к лицу маску](#).

Человек считается зараженным и является активным носителем вируса в течение периода, который начинается за 2 суток до появления у него первых симптомов и заканчивается в день окончания самоизоляции. Человек, у которого симптомы не проявились, считается заразным за 2 суток до сдачи им теста на COVID-19. Если в этот период вы вступали с кем-то в тесный контакт, этот человек считается имевшим контакт с инфицированным.

# Как долго сотруднику необходимо оставаться дома после контакта с человеком, инфицированным COVID-19?

Все, кто контактировал с инфицированным COVID-19, в течение 10 дней после этого должны носить [хорошо прилегающую к лицу маску](#) при нахождении рядом с другими людьми.

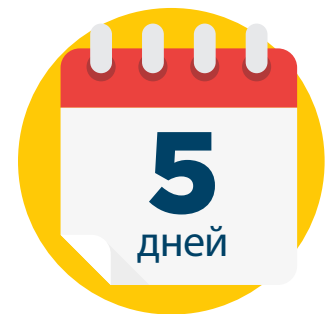
Некоторым также, возможно, потребуется соблюдать домашний карантин в течение 5 дней. Соблюдать карантин не нужно, если в течение последних 90 дней (около 3 месяцев) вы получили положительный результат теста на COVID-19. Вам также не требуется соблюдать домашний карантин, если ваша [приобретенная после вакцинации защита от COVID-19 является действующей](#). Это означает, что вам была введена:

- бустерная доза любой вакцины от COVID-19, или
- вторая доза вакцины от COVID-19 Pfizer или Moderna в течение последних 5 месяцев, или
- вакцина от COVID-19 компании Johnson & Johnson в течение последних 2 месяцев.
- Дети младше 18 лет считаются имеющими [действующую защиту](#), если им были введены 2 дозы вакцины от COVID-19 производства Pfizer. В отношении детей действующая защита не включает бустерной дозы.



## Вам необходимо соблюдать домашний карантин в течение 5 дней, если:

- Вы не вакцинированы. Это означает, что вам не ввели ни одной дозы вакцины от COVID-19.
- Вы не имеете [действующей защиты от COVID-19](#).
- С момента получения вами положительного результата теста на COVID-19 прошло более 90 дней, и ваша приобретенная после вакцинации защита не является действующей.



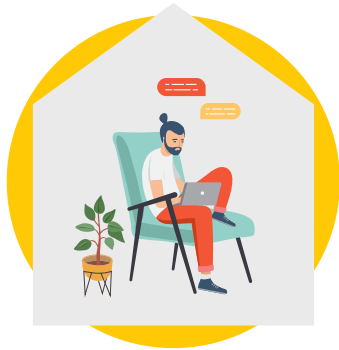
Если после контакта с зараженным или завершения 5-дневного домашнего карантина вы не можете носить маску, CDC рекомендует оставаться дома в течение 10 дней вместо 5.

Чтобы удостовериться в том, что вы не передадите вирус другим, мы также рекомендуем вам сдать тест через 5 дней после последнего тесного контакта с человеком, инфицированным COVID-19. Если у вас положительный результат теста или появились симптомы, немедленно перейдите на режим самоизоляции в домашних условиях. Если с момента получения первого положительного результата теста на COVID-19 прошло менее 90 дней (около 3 месяцев), и у вас не наблюдается никаких симптомов, в течение этого 90-дневного срока сдавать повторный тест необходимости нет.

Следите за проявлением симптомов COVID-19. В случае их появления сдайте тест. Следует постоянно наблюдать за симптомами и принимать дополнительные меры предосторожности, описанные на странице 4.

# Как долго сотрудник должен оставаться дома, если он проживает с человеком, чей тест на COVID-19 оказался положительным?

Если вы проживаете с зараженным COVID-19, это называется бытовым контактом. В случае бытового контакта риск заразиться вирусом намного выше.



Если вы проживаете с зараженным COVID-19, и вы не вакцинированы, или ваша защита от COVID-19 не является [действующей](#), или прошло более 90 дней с тех пор, как вы переболели COVID-19, вы должны будете провести на домашнем карантине не менее 5 дней. Не контактировать с проживающими с вами людьми, зараженными COVID-19, может быть крайне трудно. Это означает, что в случае, если вы не можете избежать контактов с зараженным COVID-19 человеком, вам, возможно, придется соблюдать карантин в течение более чем 5 дней. При каждом новом тесном контакте с лицом с положительным результатом теста в течение периода, когда такое лицо должно соблюдать самоизоляцию, вы должны начинать свой карантин заново.

Чтобы защитить себя и других проживающих в доме, надевайте маску, когда находитесь рядом с зараженным COVID-19 человеком. Если вы почувствуете недомогание, или у вас появятся симптомы, [сдайте тест](#).

## Требуется ли сотрудникам соблюдать домашний карантин, если они уже болели COVID-19?

Если с момента получения положительного результата теста на COVID-19 прошло **менее 90 дней** (около 3 месяцев), соблюдать домашний карантин не требуется. Если у вас не наблюдается появления новых симптомов или ухудшения существующих и с момента первого положительного результата теста на COVID-19 прошло **менее 90 дней** (около 3 месяцев), CDC и Департамент здравоохранения штата Юта сдавать тест не рекомендуют. Если в течение этого 90-дневного периода у вас появятся новые или ухудшатся существующие симптомы, обратитесь к врачу, чтобы узнать, не заразились ли вы повторно. Существует небольшая вероятность заразиться COVID повторно. У некоторых людей тест может продолжать показывать положительный результат, даже если они не больше не заразны. Однако, если с момента получения положительного результата теста прошло **более 90 дней**, и ваша [приобретенная после вакцинации защита от COVID-19](#) не является действующей, вам необходимо соблюдать домашний карантин и через 5 дней после контакта с инфицированным человеком сдать тест.

Вам необходимо выполнять следующие указания в течение 10 дней с даты последнего контакта с зараженным лицом:

- Ежедневно проверять себя на наличие симптомов COVID-19.
- Носить хорошо прилегающую к лицу маску при нахождении рядом с людьми, которые с вами не проживают.
- Если у вас ухудшится состояние или появятся симптомы COVID-19, вы обязаны самоизолировать и связаться с врачом или медицинским учреждением, чтобы узнать, требуется ли вам сдавать повторный тест на COVID-19.



# В случае контакта с зараженным COVID-19 примите следующие меры предосторожности:

- Ограничьте количество лиц, посещающих ваш дом, пока вы находитесь на карантине.
- Носите маску, когда находитесь рядом с другими людьми. Помните о необходимости носить маску в общественных местах и рядом с другими людьми, пока с момента контакта с инфицированным COVID-19 не пройдет 10 дней. В течение этих 10 дней избегайте посещения мест, где носить маску трудно, таких как спортзал или ресторан.
- В течение 10 дней после контакта с зараженным необходимо ежедневно проверять у себя наличие [симптомов](#) COVID-19, в том числе по возможности измерять температуру тела. О том, как проверять симптомы, а также о других необходимых действиях можно узнать из полезного буклета под названием «[Что делать, если вы находитесь на карантине или самоизоляции](#)». Если во время пребывания на карантине у вас появятся симптомы COVID-19, немедленно сдайте тест.
- По истечении не менее 5 дней с момента последнего тесного контакта с человеком, инфицированным COVID-19, сдайте тест. Если результат теста отрицательный, вы можете прекратить домашний карантин и выходить из дома, если будете носить маску рядом с другими людьми. В случае положительного результата теста [соблюдайте режим самоизоляции в домашних условиях](#).
- Не контактируйте с людьми с ослабленным иммунитетом или повышенным риском заболеть тяжелой формой COVID-19. Не посещайте учреждения длительного ухода, дома престарелых и другие места, где присутствуют люди из группы высокого риска, пока с момента контакта с инфицированным COVID-19 не пройдет 10 дней.
- Не совершайте поездок, пока не закончится срок карантина. Перед тем как отправиться в поездку, сдайте тест. Его следует сдать не ранее чем через 5 дней после контакта с инфицированным, и его результат должен быть отрицательным. Не совершайте поездок, если у вас есть симптомы COVID-19. Во время поездки надевайте маску, когда находитесь рядом с другими людьми.

