

Как долго оставаться дома? Правила самоизоляции и карантина



Дата обновления: 11.01.2022 г.

Правила самоизоляции и карантина продолжают меняться по мере того, как мы получаем новые данные и можем точнее говорить о том, как долго сохраняется иммунитет как от вакцинации, так и от перенесенной инфекции, и как долго носитель инфекции остается заразным. [Данные](#) показывают, что как иммунитет от вакцинации, так и формируемый после заболевания естественный иммунитет, со временем ослабевают.

Правила карантина зависят от того, является ли ваша [приобретенная после вакцинации защита от COVID-19 действующей](#). Приобретенная после вакцинации защита от COVID-19 является действующей, если вам были введены все рекомендуемые дозы вакцины, а также все рекомендуемые бустерные дозы. Данные показывают, что бустерные дозы обеспечивают более эффективную защиту от омикрон-штамма. По мере поступления новых данных о том, как долго сохраняется иммунитет после вакцинации и перенесенной инфекции, мы будем продолжать обновлять правила карантина и самоизоляции.

Самоизолироваться должны люди, получившие положительный результат теста на COVID-19 или имеющие симптомы COVID-19. Соблюдать карантин следует тем людям, кто мог вступить в контакт с инфицированным COVID-19.

Если вам 18 или более лет, и у вас положительный результат теста на COVID-19

У вас ослаблен иммунитет?	Сколько дней оставаться дома?
Нет, мой иммунитет не снижен.	<p>5 дней с момента сдачи теста с положительным результатом.</p> <p>Если через 5 дней вы все еще чувствуете недомогание, или у вас наблюдаются симптомы, оставайтесь дома, пока самочувствие не улучшится.</p>
<p>Да, моя иммунная система ослаблена, или я болел(а) COVID-19 в тяжелой форме (это означает, что вы были госпитализированы, помещены в отделении интенсивной терапии или подключены к аппарату искусственной вентиляции легких).</p>	<p>Если ваш иммунитет ослаблен, вы можете быть активным носителем вируса дольше, чем другие люди. Возможно, вам придется оставаться дома в течение 10–20 дней (или более). Если вы болели COVID-19 в тяжелой форме, или у вас ослабленная иммунная система, проконсультируйтесь с врачом о сроках, по прошествии которых вы больше не являетесь носителем инфекции.</p>

Если у вашего ребенка положительный результат на COVID-19

Иммунитет вашего ребенка ослаблен?	Сколько дней мой ребенок должен оставаться дома?
Нет, иммунитет моего ребенка не снижен.	5 дней с момента сдачи теста с положительным результатом. Если через 5 дней ваш ребенок все еще чувствует недомогание, или у него наблюдаются симптомы, он должен оставаться дома, пока его самочувствие не улучшится.
Да, иммунная система моего ребенка ослаблена , или он болел COVID-19 в тяжелой форме (это означает, что он был госпитализирован, помещен в отделении интенсивной терапии или подключен к аппарату искусственной вентиляции легких).	Если иммунитет вашего ребенка ослаблен, он может быть активным носителем вируса дольше, чем другие люди. Возможно, ему придется оставаться дома в течение 10–20 дней (или более). Если он болел COVID-19 в тяжелой форме, или у него ослабленная иммунная система, проконсультируйтесь с врачом о сроках, по прошествии которых ваш ребенок больше не является носителем инфекции.

Нужно ли предпринимать еще какие-то меры в случае положительного результата теста?

- В течение еще 5 дней после окончания домашней самоизоляции при нахождении рядом с другими людьми и в общественных местах следует носить [хорошо прилегающую к лицу маску](#).
- Сообщите всем, с кем вы вступали в тесный контакт, о том, что вы могли быть заражены COVID-19. Им нужно будет сдать тест, а также может потребоваться соблюдение домашнего [карантина](#).
- Если для того, чтобы иметь возможность оставаться дома на самоизоляции, вам нужна срочная помощь в удовлетворении таких потребностей, как покупка еды или оплата арендной платы или коммунальных услуг, позвоните по номеру 2-1-1.
- Людям с повышенным риском тяжелого течения COVID-19 доступны определенные виды [лечения](#). Проконсультируйтесь со своим врачом о методах лечения, которые могут помочь вам.
- В случае усугубления симптомов, или если вы почувствуете, что вам требуется медицинская помощь, немедленно позвоните врачу или обратитесь за медицинской помощью.

CDC рекомендует пройти вакцинацию от COVID-19 всем людям в возрасте от 5 лет. Людям в возрасте от 12 лет необходимо также делать бустерную прививку. Людям, вакцинированным 2 дозами вакцины Pfizer или Moderna (называемыми первичной серией), могут получить бустерную прививку через 5 месяцев после введения второй дозы. Если у вас [ослаблен иммунитет](#), вам должна быть введена третья первичная доза вакцины Pfizer или Moderna.

В случае вакцины Johnson & Johnson вакцинация заключается в одной прививке. Люди, вакцинированные в качестве первичной дозы вакциной Johnson & Johnson, могут получить бустерную дозу через 2 месяца после нее. В настоящее время данных для того, чтобы рекомендовать введение третьей первичной дозы людям, вакцинированным Johnson & Johnson, недостаточно.

Если вам 18 или более лет, и вы имели контакт с инфицированным COVID-19

Если вы никогда не проходили вакцинацию от COVID-19	Количество доз вакцины от COVID-19 и когда они вводились	Сколько дней оставаться дома?
Если вы привились вакциной Pfizer или Moderna	0 доз	5 дней после контакта с зараженным COVID-19.
	2 дозы И бустерная доза любой вакцины	Вам не нужно оставаться дома, если только вы не чувствуете себя плохо.
	2 дозы в течение последних 5 месяцев	Вам не нужно оставаться дома, если только вы не чувствуете себя плохо. Для введения бустерной дозы еще не прошло достаточно времени.
	2 дозы более 5 месяцев назад	5 дней после контакта с зараженным COVID-19.
	1 доза в любое время	5 дней после контакта с зараженным COVID-19.

Если вам 18 или более лет, и вы имели контакт с инфицированным COVID-19 (продолжение)

Если вы привились вакциной Johnson & Johnson	Количество доз вакцины от COVID-19 и когда они вводились	Сколько дней оставаться дома?
	1 доза в любое время И бустерная доза любой вакцины	Вам не нужно оставаться дома, если только вы не чувствуете себя плохо.
	1 доза в течение последних 2 месяцев	Вам не нужно оставаться дома, если только вы не чувствуете себя плохо. Для введения бустерной дозы еще не прошло достаточно времени.
	1 доза более 2 месяцев назад	5 дней после контакта с зараженным COVID-19.
Если вы переболели COVID-19 в течение последних 90 дней (около 3 месяцев)	Количество доз вакцины от COVID-19 и когда они вводились	Сколько дней оставаться дома?
	В этой ситуации неважно, какими вакцинами вы прививались и когда.	Вам не нужно оставаться дома, если только вы не чувствуете себя плохо.
Если с того момента, как вы переболели COVID-19, прошло более 90 дней	Количество доз вакцины от COVID-19 и когда они вводились	Сколько дней оставаться дома?
	2 дозы вакцины Pfizer в любое время	Вам не нужно оставаться дома, если только вы не чувствуете себя плохо.
	1 доза вакцины Pfizer в любое время	5 дней после контакта с зараженным COVID-19. Мы еще не знаем, как долго сохраняется естественный иммунитет.

<p>Если у вас <u>ослаблен иммунитет</u>, или вы в группе повышенного риска развития тяжелой формы заболевания</p>	<p>Количество доз вакцины от COVID-19 и когда они вводились</p>	<p>Сколько дней оставаться дома?</p>
	<p>0 доз</p>	<p>5 дней после контакта с зараженным COVID-19.</p>
	<p>3 дозы вакцины Pfizer или Moderna И бустерная доза любой вакцины</p>	<p>Вам не нужно оставаться дома, если только вы не чувствуете себя плохо.</p>
	<p>3 дозы вакцины Pfizer или Moderna в течение последних 5 месяцев</p>	<p>Вам не нужно оставаться дома, если только вы не чувствуете себя плохо. После введения 3-й первичной дозы еще не прошло достаточно времени для того, чтобы делать бустерную прививку.</p>
	<p>3 дозы вакцины Pfizer или Moderna более 5 месяцев назад</p>	<p>5 дней после контакта с зараженным COVID-19.</p>
	<p>2 дозы вакцины Pfizer или Moderna в любое время</p>	<p>5 дней после контакта с зараженным COVID-19.</p>
	<p>1 доза вакцины Pfizer или Moderna в любое время</p>	<p>5 дней после контакта с зараженным COVID-19.</p>

Если ваш ребенок имел контакт с инфицированным COVID-19

Если ваш ребенок никогда не проходил вакцинацию от COVID-19	Количество доз вакцины от COVID-19 и когда они вводились	Сколько дней оставаться дома?
Если ваш ребенок был привит вакциной Pfizer	0 доз	5 дней после контакта с зараженным COVID-19.
Если ваш ребенок был привит вакциной Pfizer	2 дозы вакцины Pfizer в любое время	Вашему ребенку не нужно оставаться дома, если только он не чувствует себя плохо.
Если ваш ребенок был привит вакциной Pfizer	1 доза вакцины Pfizer в любое время	5 дней после контакта ребенка с зараженным COVID-19.
Если у вашего ребенка ослаблен иммунитет, или он в группе повышенного риска развития тяжелой формы заболевания	Количество доз вакцины от COVID-19 и когда они вводились	Сколько дней оставаться дома?
Если у вашего ребенка ослаблен иммунитет, или он в группе повышенного риска развития тяжелой формы заболевания	2 дозы в любое время	Вашему ребенку не нужно оставаться дома, если только он не чувствует себя плохо.
Если у вашего ребенка ослаблен иммунитет, или он в группе повышенного риска развития тяжелой формы заболевания	1 доза в любое время	5 дней после контакта ребенка с зараженным COVID-19.

Если ваш ребенок имел контакт с инфицированным COVID-19 (продолжение)

Если ваш ребенок переболел COVID-19 в течение последних 90 дней (около 3 месяцев)	Количество доз вакцины от COVID-19, которыми был привит ваш ребенок, и дата введения последней дозы	Сколько дней ваш ребенок должен оставаться дома?
	В этой ситуации количество доз вакцин, введенных вашему ребенку, не имеет значения.	Вашему ребенку не нужно оставаться дома, если только он не чувствует себя плохо.
Если с того момента, как ваш ребенок переболел COVID-19, прошло более 90 дней	Количество доз вакцины от COVID-19, которыми был привит ваш ребенок, и дата введения последней дозы	Сколько дней ваш ребенок должен оставаться дома?
	2 дозы вакцины Pfizer в любое время	Вашему ребенку не нужно оставаться дома, если только он не чувствует себя плохо.
	1 доза вакцины Pfizer в любое время	5 дней после контакта ребенка с зараженным COVID-19.

Нужно ли мне предпринимать еще какие-то меры после контакта с инфицированным COVID-19?

- В течение 10 дней после контакта с зараженным COVID-19 при нахождении рядом с другими людьми и в общественных местах следует носить [хорошо прилегающую к лицу маску](#).
- Через 5 дней после контакта с зараженным сдайте тест.
- Следите за появлением симптомов в течение 10 дней после контакта с зараженным. Если вы почувствуете недомогание, или у вас появятся симптомы, даже в слабовыраженной форме, немедленно самоизолируйтесь и сдайте тест.

Если вы живете или работаете в месте, где для вас и других людей присутствует повышенный риск заражения COVID-19, срок карантина или самоизоляции может превышать 5 дней. Люди, проживающие или работающие в условиях контакта с большим количеством людей, таких как исправительное учреждение (тюрьма), учреждение длительного ухода или приют для бездомных, должны следовать [этим рекомендациям](#) CDC. Медицинские работники должны соблюдать эти [рекомендации](#) CDC.

Дополнительная информация доступна на следующих ресурсах:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/quarantine-isolation.html>
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/immuno.html>