

Информация о коронавирусе на упрощённом языке

Новый коронавирус быстро распространился по всему миру.
У многих людей это заболевание протекает в легкой форме.
Эти люди быстро выздоравливают.
Некоторые люди болеют очень тяжело.
Особенно пожилые люди или те, у которых уже есть другие заболевания, часто заболевают тяжело.
Они могут получить осложнение в виде воспаления лёгких.
Они могут умереть в результате коронавирусной инфекции.

Поэтому Вы должны защитить себя:
Вы можете помочь, предотвратив свое заражение коронавирусом.
Вы можете помочь, предотвратить заражение других людей коронавирусом.

На этой страничке интернета Вы получите дополнительную информацию о коронавирусе.

https://www.rki.de/DE/Service/Leichte-Sprache/LS_Corona_Virus.pdf?_blob=publicationFile

Заболевание коронавирусом

Заболевание проявляется у всех по-разному. Наиболее частыми признаками (симптомами) заболевания являются:

- пропадает чувство вкуса
- пропадает чувство запаха
- высокая температура/лихорадка
- кашель
- боль в горле
- течет нос
- ощущение слабости
- проблемы с дыханием

На этой страничке интернета Вы найдете дополнительную информацию о заболевании коронавирусом:

https://www.rki.de/DE/Service/Leichte-Sprache/LS_Corona_Krankheit.pdf?_blob=publicationFile

Карантин

Что означает карантин (изоляция)?

- оставаться дома
- нельзя принимать гостей
- можно выходить только на свой балкон, террасу или в свой сад
- нельзя самому выносить мусор
- нельзя ходить в магазин за покупками
- нельзя ходить на работу (работодатель должен быть об этом проинформирован)
- нельзя посещать школу
- нельзя ходить на детскую площадку с детьми
- нельзя ходить гулять
- нельзя выгуливать собаку

За соблюдением карантина следит уполномоченный орган по общественному порядку (Ordnungsamt). Если граждане не соблюдают правила карантина, им грозит за это штраф.

Кому назначают карантин?

Заболевание коронавирусом считается подтвержденным, если у человека было диагностировано наличие этого вируса при помощи тестирования (положительный результат тестирования). Этот человек может заразить других людей.

Поэтому уполномоченный орган здравоохранения (Gesundheitsamt) предписывает заболевшему карантин. Это означает, что он должен оставаться дома. Карантин можно также назвать словом изоляция.

Если человек имел или имеет тесный контакт с лицом, у которого был диагностирован коронавирус, ему также назначается карантин. Таких людей называют контактными лицами. Это например люди, которые проживают с лицом, заболевшим коронавирусом, в одном домохозяйстве. Сотрудники уполномоченного органа здравоохранения звонят по телефону контактными лицам и сообщают им, сколько дней длится их карантин.

Сколько длится карантин при подтвержденном заражении коронавирусом, т. е. при положительном результате тестирования?

При подтвержденном заболевании коронавирусом, карантин длится не менее 14 дней после тестирования. Если потом у пациента все ещё остаются симптомы (насморк, кашель, высокая температура и так далее), карантин

продлевается до тех пор, пока симптомы не исчезают и отсутствуют последние два дня.

Как долго длится карантин у контактного лица?

В течении 14 дней после последнего контакта с человеком с подтвержденным заболеванием коронавирусом можно тоже заболеть этой болезнью. Поэтому контактные лица должны находиться на карантине 14 дней после последнего контакта с заболевшим.

Как необходимо вести себя во время карантина, чтобы не заразить членов своего домохозяйства?

Заболевший коронавирусом человек должен:

- по возможности находиться и спать в отдельной комнате
- всегда соблюдать дистанцию более 2 метров с другими, в одном домохозяйстве проживающими лицами
- Все проживающие в одном домохозяйстве должны надевать медицинскую маску, если невозможно избежать контакта
- регулярно и тщательно мыть руки
- не пользоваться ванной, туалетом и кухней одновременно с другими членами домохозяйства и производить тщательную уборку этих помещений
- каждый член домохозяйства должен пользоваться только своим личным полотенцем
- регулярно хорошо проветривать помещения
- не дотрагиваться руками до мусора, который образуется в результате жизнедеятельности больного коронавирусом
- не принимать никаких посетителей, почтальону надо дать знать, чтобы он оставлял посылки перед входной дверью

Кто может оказать помощь сидящим на карантине?

Если вам нужна помощь в быту:

Знакомые и родственники могут Вам помочь, например с покупками. Волонтеры Вашей общины могут оказать Вам поддержку: обращайтесь в городские власти по месту Вашего жительства, чтобы узнать, какими услугами Вы можете воспользоваться.

К кому можно обратиться за помощью при ухудшении самочувствия?

Вы можете обратиться:

1. к своему семейному врачу

2. в дежурную службу Ассоциации врачей обязательного медицинского страхования , телефон: 116 117
3. в Скорую помощь, телефон: 112

Если у Вас дома есть дети, требующие присмотра (например в группе продленного дня):

Вы можете получить дальнейшую информацию на сайте Министерства образования земли Северный Рейн Вестфалия (NRW):

<https://www.schulministerium.nrw.de/>

Если у вас есть дополнительные вопросы касающиеся карантина:

Вы можете обратиться в уполномоченный орган здравоохранения (Gesundheitsamt) по телефону: 02271-83 12345.

Прививка

Где можно получить информацию о прививке?

На сайте института имени Роберта Коха (RKI) вы найдете информацию о прививках:

<https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html>

На сайте института имени Роберта Коха (RKI) находятся информационные листы (формуляры), которые были переведены на различные языки, а также объяснения к этим формулярам на упрощённом языке:

<https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html>

<https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html>

Когда можно записаться на прививку?

Очередность вакцинации строго определена. Когда подойдет Ваша очередь, Вы можете записаться на прививку в интернете на сайте www.116117.de или бесплатно по телефону 0800 117 117-01.

Где можно получить прививку?

Как проехать к центру вакцинации (Impfzentrum des Rhein-Erft-Kreises) Вы найдете по ссылке:

<https://www.rhein-erft-kreis.de/impfzentrum-rheinerftkreis/artikel/anfahrt-zum-impfzentrum>

Что необходимо иметь при себе идя на прививку?

- направление на прививку

- удостоверение личности
- карту о прививках (если таковая имеется)
- медицинскую карточку
- медицинскую маску
- если вы страдаете хроническими заболеваниями, вы должны принести с собой справку от врача с информацией об этих заболеваниях.

Куда обращаться, если Вам нужен переводчик для сопровождения на прививку?

Вы можете воспользоваться сервисом волонтеров-переводчиков (ehrenamtliche Sprachmittler des Rhein-Erft-Kreises): тел. 02271-83 10232.
<https://www.rhein-erft-kreis.de/kommunales-integrationszentrum-kommunales-integrationszentrum-kommunales-integrationszentrum-2>

Тест на коронавирус

Тест на коронавирус показывает, заразились ли Вы коронавирусом. В настоящий момент имеются следующие тесты на коронавирус:

1. **ПоЦ (PoC/Point-of-Care-Antigen-Test): экспресс-тест на антигены (Schnelltest) и тест быстрой самопроверки (Selbsttest)**
2. **ПЦР (PCR/Polymerase Chain Reaction): лабораторный тест**

Экспресс-тест на антигены может быть сделан:

- на работе
- в одном из центров тестирования
- у некоторых семейных врачей или в некоторых аптеках

Каждый имеет возможность по меньшей мере раз в неделю на бесплатный экспресс-тест на антигены!

В том случае, если Ваш **экспресс-тест на антигены (Schnelltest)** показал положительный результат, центр тестирования сообщает об этом в уполномоченный орган здравоохранения (Gesundheitsamt).

Вас отправляют на карантин, пока не будет получен результат лабораторного тестирования **ПЦР-тест (PCR-Test)**.

Если ПЦР-тест (PCR-Test) подтвердит результат экспресс-теста на антиген (Schnelltest) и покажет положительный результат, Вы остаётесь на **карантине**.

Если ПЦР-тест (PCR-Test) покажет отрицательный результат, то вы больше не должны оставаться на **карантине**.

В настоящее время имеются также **тесты быстрой самопроверки (Selbsttest)**.

Если тест на коронавирус быстрой самопроверки (Selbsttest) показал положительный результат, Вы должны немедленно оставаться дома! Позвоните Вашему семейному врачу и в уполномоченный орган здравоохранения (Gesundheitsamt).

Вам необходимо сделать **ПЦР-тест (PCR-Test)**.

Если ПЦР-тест (PCR-Test) подтвердит результат теста быстрой самопроверки (Selbsttest) и покажет положительный результат, Вы остаётесь дальше на **карантине**.

Если ПЦР-тест (PCR-Test) покажет отрицательный результат, то вы больше не должны оставаться на карантине.

На этом сайте Вы найдете дальнейшую информацию по тестированию на коронавирус и список адресов, где можно делать экспресс-тесты на антигены (Schnelltest) в Rhein-Erft-Kreis:

<https://www.rhein-erft-kreis.de/coronavirus-sarscov2/artikel/coronatestangebote-im-rheinerftkreis>