

## ГРИПП ИЛИ КОРОНАВИРУС?

**Важно:** Если Вы жалуетесь на кашель, насморк, повышенную температуру, то, несмотря на распространение коронавируса (SARS-CoV-2) в Германии, очень вероятно, что в настоящее время Вы переносите грипп или острое простудное заболевание. Если у Вас есть жалобы, **пожалуйста, не идите сразу к Вашему домашнему врачу, а сначала позвоните, отправьте факс или напишите e-mail, чтобы обсудить Ваши дальнейшие действия (в службу здравоохранения (Gesundheitsamt); по телефону 116117; в местный центр для проведения тестов на вирус или домашнему врачу).**

### Что такое коронавирус?

С начала декабря 2019 года в Китае, а в настоящее время также в Европе и США возникает большое количество случаев заболеваний дыхательных путей, вызванных SARS-CoV-2 (название заболевания: Covid-2019). Доказана передача инфекции от человека к человеку; заражение возможно еще до наступления жалоб.

Инкубационный период продолжается от 2 до 14 дней, после чего возможно появление жалоб, которые очень схожи с гриппом или бронхитом, например:

- ▶ повышенная температура; ▶ кашель; ▶ одышка.

### Заражен ли я коронавирусом?

Обследование следует провести, если у Вас есть проблемы с дыхательными путями или общее недомогание (например лихорадка, сильная усталость)

**И**

если максимально за 14 дней до начала заболевания Вы были в одном из районов повышенного риска (страны юго-восточной Азии и все больше европейских стран) **или** у Вас был контакт с человеком, у которого *подтвердили* SARS-CoV-2.

▶ В таком случае, пожалуйста, **позвоните, отправьте факс или напишите e-mail** в ближайшую службу здравоохранения (Gesundheitsamt), поиск телефона по почтовому индексу (PLZ): <https://tools.rki.de/plztool/>; по телефону 116117; при наличии в местный центр для проведения тестов на вирус или в праксис Вашего домашнего врача (Hausarztpraxis).

### Как я могу защититься от заражения?

Общие меры предосторожности помогут снизить риск заражения как вирусами гриппа, так и коронавирусом SARS-CoV-2:

- Частое мытье рук с водой и мылом или дезинфекция рук средством на основе алкоголя (в продаже в хозяйственных магазинах)
- “Правильное” чихание/кашель, закрывая нос и рот платком, который необходимо сразу выкинуть в ведро **ИЛИ** чихание/кашель в локоть, **не в ладонь!**
- Держитесь на расстоянии от больных людей
- Ношение масок в настоящее время не рекомендуется

### Путешествия

В настоящее время министерство иностранных дел не рекомендует ездить в страны Южной Азии и другие страны, в которых зарегистрированы многочисленные случаи заражения коронавирусом. Эти рекомендации Вы можете прочитать здесь: <https://www.auswaertiges-amt.de/de>.

Если Вы недавно приехали в Германию из этих стран и у Вас есть жалобы простудного характера и / или общее недомогание или у Вас был контакт с зараженным, свяжитесь (по телефону, факсу или емэйлу) с ближайшей службой здравоохранения (Gesundheitsamt; поиск телефона по почтовому индексу (PLZ): <https://tools.rki.de/plztool/>); позвоните по телефону 116117 или Вашему домашнему врачу.

Минздрав Германии организовал горячую линию для граждан: 030-346 465 100 (с понедельника по четверг [8 – 18:00], пятница [8 - 12:00]).

Stand: 3. März 2020. Ursprungsversion: Jana Kötter [www.hausarzt.digital](http://www.hausarzt.digital), Überarbeitung: Michael M. Kochen