



Информация про COVID19– РУССКИЙ/RUSSIAN

COVID-19 - это новое заболевание, которое может повлиять на вашу дыхательную систему.

Оно вызвано вирусом SARS CoV-2, который принадлежит к семейству коронавирусов.

Если у вас есть какие-либо из этих симптомов:

- Рецидивирующий и постоянный кашель;
- Лихорадка (37,5 градусов или выше)

Вам следует профилактически оставаться дома в течение 14 дней и позвонить по номеру **SNS24 (808 24 24 24)**, который в случае необходимости направит вас в самое подходящее медицинское учреждение.

Советы по пребыванию дома

- Не ходите на работу, в школу, в аптеку, в любое медицинское учреждение или больницу
- Не делите дом или убирайте его после каждого использования;
- Избегайте близкого контакта с другими людьми;
- Не принимайте гостей;
- Мойте руки перед тем, как общаться с домашними животными

Когда мне следует связаться с Национальной службой здравоохранения (SNS24)?

- Когда вы чувствуете, что ваши симптомы не улучшатся в домашних условиях;
- Когда ваше состояние ухудшается;
- Ваши симптомы не улучшаются через 14 дней

Как мне связаться с Национальной службой здравоохранения?

Главное управление здравоохранения (DGS) предоставляет три способа получения доступа к информации

- atendimento@sns24.gov.pt – для вопросов о болезни COVID-19
- Номер телефона **SNS 808 24 24 24** - если вы подозреваете, что у вас есть COVID-19
- Телефон **300 502 502** - для вопросов о периоде карантина, отсутствии по болезни и отпусках для оказания помощи родственникам.

Что я могу сделать, чтобы предотвратить распространение Коронавируса?

- Убедитесь, что вы часто моете руки водой с мылом в течение не менее 20 секунд.
- Сохраняйте социальную дистанцию
- При чихании и кашле прикрывайте нос и рот, используя салфетку но не руки; затем выбросьте салфетку в мусор
- Следуйте совету оставаться дома если у вас есть симптомы

Для получения дополнительной информации:

<https://www.dgs.pt/corona-virus> <https://www.dgs.pt/corona-virus>

