

К наиболее распространенным
типам респираторных вирусов
относятся:

РСВ

COVID-19

Грипп

Симптомы респираторной инфекции



Головная боль



Жар



Усталость



Кашель



Озноб

Ресурсы

Узнайте больше о вакцинации

- phila.gov/flu-shot
- bit.ly/COVIDvaxPHL
- cdc.gov/rsv

Найдите поставщика
медицинских услуг

www.phila.gov/primary-care

Задайте вопрос в Департамент
здравоохранения

215-685-5488 (работает с понедельника
по пятницу 8:30 a.m.–5:00 p.m.)

Если требуется перевод, нажмите 2
для выбора испанского языка;
нажмите 3 для выбора другого языка.
Наберите 711 для вызова с помощью
службы ретрансляции или телетайпа.

ПАМЯТКА

В

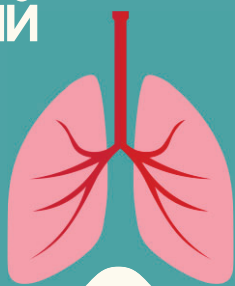
СЕЗОН

РЕСПИРАТОРНЫХ
ВИРУСОВ



Русский / Russian

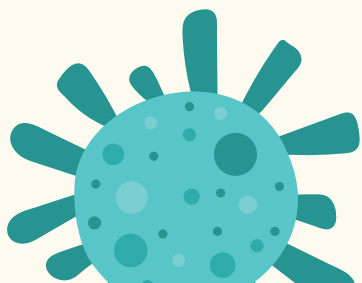
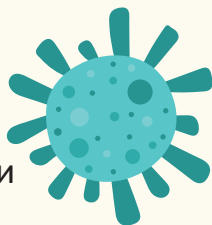
Что такое респираторный вирус?



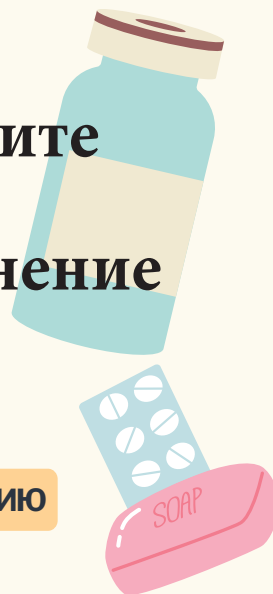
Респираторный вирус — это вирус, который поражает дыхательную систему (нос, горло, легкие и дыхательные пути).

Респираторные вирусы могут поразить любого, но наиболее подвержены **тяжелому** течению заболевания:

- пожилые люди;
- новорожденные и маленькие дети;
- люди с ограниченными возможностями;
- беременные;
- люди с определенными заболеваниями;
- люди с ослабленным иммунитетом.



Предотвратите распространение



Пройдите вакцинацию

Мойте руки

Оставайтесь дома для
предотвращения распространения

Принимайте лекарства
по мере необходимости

Улучшите циркуляцию воздуха

Если вы чувствуете недомогание, **оставайтесь дома** и не контактируйте близко с другими людьми **24 часа**, пока не будут выполнены **ОБА УСЛОВИЯ**:

- ваши симптомы улучшились;
- у вас нет температуры (без приема лекарств).

Принимайте дополнительные меры предосторожности следующие **5 дней**.

Если у вас возникли вопросы, обратитесь к своему поставщику медицинских услуг.

Дополнительные меры профилактики



Носите маски

Сделайте тест

Принимайте дополнительные меры, если:

- в вашем сообществе много заболевших;
- вы или люди в вашем окружении недавно контактировали с больными, болеете или находитесь в процессе выздоровления;
- у вас или людей в вашем окружении повышен риск тяжело заболеть.