

## Бессимптомный COVID-19 опасен? Ответы в памятке

Министерство здравоохранения Московской области [noreply@info.mosreg.ru](mailto:noreply@info.mosreg.ru)



КОМАНДА  
ГУБЕРНАТОРА  
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

### COVID-19 в легкой или бессимптомной форме. Простые правила

Легко переносите коронавирус, практически нет характерных симптомов?

Чтобы не ухудшить ситуацию, нужно **соблюдать меры безопасности**. Даже если вы легко или почти бессимптомно болеете, то можете заразить окружающих и близких.

### ПАМЯТКА

#### При легком ковиде:

- 1 оставайтесь дома, по возможности изолируйтесь;
- 2 соблюдайте меры безопасности: все члены семьи должны носить маску;
- 3 регулярно проветривайте помещение;
- 4 пейте не менее 2 литров в сутки, трижды в день измеряйте температуру, два раза в день уровень сатурации\*.

#### Что принимать при легкой форме?



противовирусные  
препараты



при боли в горле –  
растворы для  
полоскания, таблетки  
для рассасывания,  
спреи



при насморке –  
солевые растворы



при температуре выше 38° –  
жаропонижающее



витамины C и D

*Ни в коем случае не занимайтесь самолечением: не пейте самостоятельно антибиотики.  
Если заболел ребенок – вызовите врача.*

## При ухудшении

Если высокая температура (больше 38°) держится более двух суток:

- обратитесь в поликлинику или в службу по **телефону 122** для дистанционной консультации;
- **вызывайте скорую**: при появлении одышки, снижении сатурации и сильных болях.

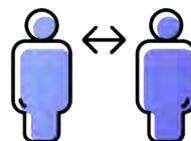
Телефон скорой помощи:

☐ 112

Напоминаем о мерах предосторожности:



носите маски



держите социальную  
дистанцию



тщательно мойте руки  
и обрабатывайте их  
антисептиком



избегайте места  
массового скопления  
людей

Будьте здоровы!

С уважением,  
команда губернатора