СОХРАНЯЙТЕ **СПОКОЙСТВИЕ**

При появлении **симптомов ОРВИ** (температура, кашель, першение в горле, головная боль, потеря обоняния и вкуса)

▼

Вызывайте **участкового врача** и соблюдайте режим самоизоляции, причем всей семьей

IRK.RU

Что делать при COVID-19?

IRK.RU

Листай карусель

НЕ СПЕШИТЕ ПОСТАВИТЬ **САМИ СЕБЕ ДИАГНОЗ**

Это может сделать **только врач**.
Именно он решает, нужен ли вам тест
на COVID-19 и КТ легких

IRK.RU

НАЧИНАЙТЕ **СИМПТОМАТИЧЕСКОЕ ЛЕЧЕНИЕ**

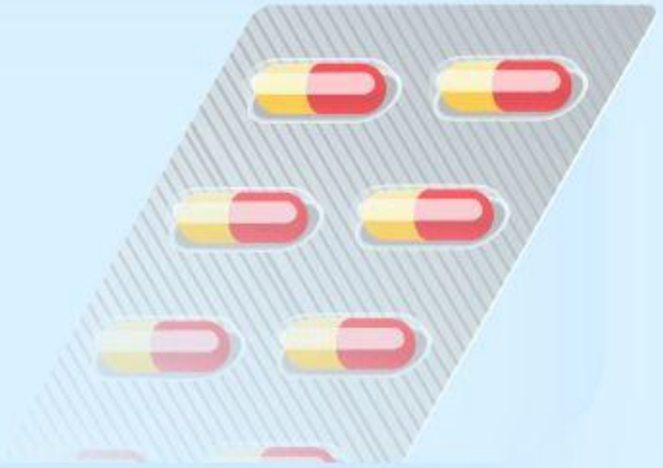
Следите за температурой. Если она выше 38, можно принять парацетамол, но не более трех таблеток в сутки

Принимайте **витамины** (10 дней):
- витамин С 1 грамм 1 раз в сутки
- витамин D 10000 МЕ 1 раз в сутки

Соблюдайте **питьевой режим** (2-3 литра в сутки)

IRK.RU

НАЧИНАЙТЕ **ПРОТИВОВИРУСНУЮ ТЕРАПИЮ**



Гриппферон или Арбидол:

При наличии симптомов ОРВИ
– лечебные дозы

При отсутствии симптомов
– профилактические схемы

IRK.RU

Специфические противовирусные препараты может назначить **только врач**

То же касается антибиотиков. Их беспорядочный прием может сделать лечение **неэффективным**

IRK.RU

КОГДА ВЫЗЫВАТЬ **СКОРУЮ?**

Если температура 38 и выше
и держится больше 4-5 дней

Если температура поднимается
выше 39 и появилась одышка

IRK.RU