



ACCÉSSS

Alliance des Communautés Culturelles pour
l'Égalité dans la Santé et les Services Sociaux

Факты о COVID-19 (Коронавирус)

Сегодня **Всемирная Организация Здравоохранения** объявила о **пандемии COVID-19**. Хотя уровень заражения в Квебеке в настоящее время находится под контролем, **несколько следующих недель являются критическими** чтобы противостоять распространению заболевания. Наше правительство принимает все **необходимые меры** в научном и социальном плане, чтобы ответить на угрозу пандемии как можно быстрее и эффективнее.

Что такое COVID-19?

COVID19 - это вирус из семейства коронавирусов, который может вызвать серьезные проблемы со здоровьем, особенно у пожилых людей, а также у людей с пониженным иммунитетом или страдающих хроническими заболеваниями.

Каковы симптомы COVID-19 ?

Симптомы похожи на симптомы сезонного гриппа или простуды. У заболевших может быть:

- Очень высокая температура
- Кашель
- Усталость
- Затрудненное дыхание

Одинаковы ли симптомы для всех ?

Некоторые пациенты могут не иметь этих симптомов и выздороветь без медицинского вмешательства или иметь слабо выраженные симптомы.

Возможны боли в теле, насморк или прогрессирующая диарея.

Симптомы могут быть легкими (как во время простуды) или более тяжелыми (как при пневмонии или поражении дыхательных путей или почек). В тяжелых случаях болезнь может привести к летальному исходу.

Какие органы инфекция поражает сильнее всего?

Как правило, нос, горло, легкие.

Как передается заболевание?

Заболевание передается следующими путями:

- Прямым контактом с выделениями из носоглотки больного – при кашле или чихании.
- При прямом продолжительном контакте с инфицированным
- При помощи косвенного контакта с руками, предметами или поверхностями на которые попали выделения из носоглотки, ротовой полости или глаз инфицированного.

Сколько живет коронавирус?

Как правило, коронавирус долго не выживает на предметах En général, les coronavirus ne survivent pas longtemps sur les objets :

- Около 3-х часов на сухих предметах и поверхностях
- 6 дней на влажных предметах или поверхностях

Что делать, если у меня симптомы коронавируса?

Жители Квебека, у которых появилась температура, кашель или затрудненное дыхание после возвращения из заграничных поездок,, должны позвонить на линию [Info-Santé 811](tel:1-877-313-8282).

Организованы специальные клиники производящие скрининг для быстрой диагностики возможных носителей инфекции. **До посещения клиники необходимо позвонить 811.**

- При звонке или посещении больницы необходимо упомянуть что вы посетили другую страну с начала этого года, или находились в контакте с людьми, которые были за границей или недавно эмигрировали.

Существует ли вакцина или лечение от коронавируса?

На данный момент ни вакцины, ни лечения не существует. Медицинское вмешательство направлено на поддержку организма и облегчения симптомов.

Большинство заболевших выздоравливают без медицинского вмешательства.

Лучший способ предохранить себя от вируса – применять следующие меры предосторожности:

Как я могу предохранить себя от вируса?

Следующие гигиенические меры рекомендуются для всех:

- Часто мойте руки с мылом в теплой проточной воде в течение по крайней мере 20 секунд;
- Если у вас нет доступа к воде и мылу, используйте дезинфицирующее средство на базе алкоголя;
- Соблюдайте правила гигиены, когда вы чихаете или кашляете:
 - Прикрывайте рот и нос сгибом локтя, чтобы сократить распространение выделений из носоглотки, когда вы чихаете или кашляете;
 - Если вы используете бумажные носовой платок, выбросьте его сразу же и вымойте руки.
- Избегайте посещений больниц, реабилитационных центров и домов престарелых в течение 14 дней с вашего возвращения из-за границы или с того времени, когда вы были больны.
- Избегайте физического контакта при приветствиях, таких, как рукопожатия и поцелуи.

Региональная дирекция здравоохранения Монреаля подтверждает, что доступ к скринингу на COVID-19 в больнице l'Hôtel-Dieu открыт всем, невзирая на иммиграционный статус или наличие государственно медицинской страховки RAMQ. Не забудьте позвонить 811 до того, как идти в клинику.

Для получения более подробной информации о коронавирусе обращайтесь на интернет сайт Региональной дирекции здравоохранения Монреаля <https://santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19/>

Полезные контакты:

Консультационная психосоциальная служба [Info Social 811](https://santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19/)

Если у вас появились вышеперечисленные симптомы, обратитесь по этом телефону [Info Santé - 811](https://santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19/)

Горячая информационная линия по COVID-19

1-877-644-4545 (понедельник – пятница, 8:00 – 18:00)

Горячая информационная линия правительства Канады по COVID-19

1-833-784-4397

Всемирная Организация Здравоохранения:

<https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

Правительство Квебека:

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/#c46333>

Ниже перечисляются **последние меры** принятые с целью предотвращения распространения COVID-19:

- **Добровольная изоляция дома** в течение 14 дней всех, кто вернулся из-за границы после 12 марта 2020;
- **Обязательная изоляция дома** в течение 14 дней всех государственных служащих и всех сотрудников медицинских учреждений, системы образования, детских садов, государственных или частных, вернувшихся из-за границы после 12 марта;
- **Начиная с 12 марта 2020 года в закрытых помещениях запрещается проведение всех несрочных мероприятий, с участием более чем 250 человек;**
- **Прекращение работы всех детских садов**, (СРЕ, субсидированных и не субсидированных, семейных и независимых) а также всех учреждений системы образования (начальных и средних школ, частных школ, колледжей и университетов) с **16 до 27 марта включительно**. Разрабатываются меры по сохранению услуг детских садов в помощь родителям, которые заняты в сфере здравоохранения и оказания первоочередных услуг;
- И наконец, **профилактика и контроль в сфере оказания помощи** в каждом случае заражения или подозрения на заражения коронавирусом.