

# Що потрібно знати

Інформація постійно змінюється. Ознайомитись з актуальною інформацією можна на сайтах:

Центрів контролю захворювань (Centers for Disease Control, CDC) [bit.ly/cdccoronavirusinfo](http://bit.ly/cdccoronavirusinfo)  
Департаменту охорони здоров'я штату Аризона (Arizona Department of Health Services, ADHS) [bit.ly/adhscoronavirus](http://bit.ly/adhscoronavirus)

Центру надання послуг біженцям та емігрантам  
(Refugee and Immigrant Service Provider Network, RISP Net) <http://www.rispnet.com/medical/>



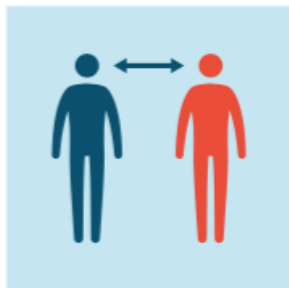
**Коронавірус поширюється в Аризоні.  
Кожна людина повинна вжити заходів,  
щоб захистити себе та інших.**

## Що таке COVID-19?

Коронавірусна хвороба, виявлена 2019 року, або COVID-19 — це респіраторне захворювання, яке передається від людини людині. Вірус, який спричиняє COVID-19, уперше був виявлений у китайському місті Ухань у грудні 2019 року. Люди, які мешкають у Китаї або мають китайське походження, **НЕ** є більш сприйнятливими до цієї хвороби, ніж інші. Захворіти на COVID-19 може кожна людина, незалежно від культурної приналежності чи національності.



## Як поширюється COVID-19?



Зазвичай вірус передається між людьми під час тісного контакту через краплі, що утворюються в органах дихання та розлітаються, коли заражена людина кашляє або чхає. Ці краплі можуть потрапити в ніс чи рот людям, які перебувають поруч, або в легені під час вдиху. Вірус також може поширюватися через забруднені поверхні й торкання обличчя й рота немитими руками.

## Які симптоми захворювання?

Симптоми COVID-19 можуть бути різними — від легких до тяжких, зокрема:

**Лихоманка**



**Кашель**



**Ускладнене дихання**

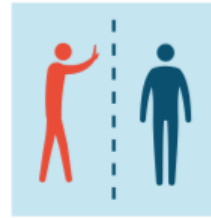


# Хто може захворіти на COVID-19?

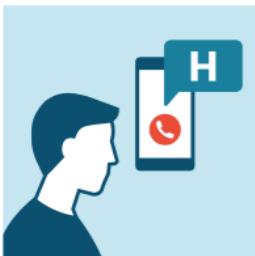
Захворіти на COVID-19 може кожен, але симптоми проявляються не у всіх. У багатьох хворих на COVID-19 спостерігаються лише легкі симптоми. Такі люди можуть залишатись одужувати вдома. У деяких людей хвороба протікає дуже тяжко, і вони потребують госпіталізації. Захворіти може людина будь-якого віку, однак **люди віком від 60 років і ті, що страждають на діабет, серцеві хвороби, рак і респіраторні захворювання, мають високий ризик тяжкого протікання COVID-19.** Ускладненнями від COVID-19 можуть бути серйозні стани, як-от пневмонія або ниркова недостатність, а в деяких випадках і смерть.

## Як можна захистити себе та інших?

- Часто мийте руки водою з милом протягом не менш ніж 20 секунд — особливо після користування туалетом і сякання та перед їжею.
- Прикривайте рота ліктем або серветкою, коли чхаєте.
- Не торкайтеся немитими руками очей, носа чи рота.
- Тримайтеся подалі від хворих.
- Регулярно очищуйте та дезінфікуйте предмети й поверхні.
- Дотримуйтеся інструкцій лікаря й державних установ охорони здоров'я.
- Зробіть внесок в уповільнення поширення хвороби. Багато підприємств закриються. Не виходьте з дому без нагальної потреби, навіть якщо ви добре почуваетесь, а особливо якщо ви хворі.



## Куди можна звернутися по допомогу?



**Якщо ви підозрюєте, що у вас COVID-19, зателефонуйте лікарю, перш ніж вирушати в клініку чи лікарню.** Якщо у вас немає лікаря, зателефонуйте до найближчого центру невідкладної допомоги. **Якщо ваш тест на COVID-19 виявився позитивним і ваш лікар дозволив вам залишатись одужувати вдома,** намагайтесь ізолювати себе від своєї родини та, якщо це можливо, користуйтесь окремою ванною кімнатою. Не ходіть на роботу, якщо ви хворі. Нікого не торкайтеся. Часто мийте руки. Не виходьте з дому без дозволу лікаря; вийти можна, тільки якщо ваші симптоми погіршаться й вам буде потрібна медична допомога.

Бережіть себе та своє оточення від збудників коронавірусної хвороби.

Часто мийте руки та залишайтеся вдома!

Разом ми зможемо зупинити поширення коронавірусу.