



# РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ ОРВИ



# ВАЖНО:



Пейте много  
жидкости



Проветривайте  
помещение



Минимизируйте  
контакты



Обрабатывайте  
руки  
антисептиком



Ограничьте  
физические  
нагрузки



Контролируйте  
уровень кислорода  
пульсоксиметром



Пользуйтесь  
индивидуальными  
средствами  
гигиены



замените тяжелую  
пищу бульонами,  
овощами  
и фруктами

# Симптомы штамма COVID-19 «Омикрон» идентичны ОРВИ:



**боли  
в мышцах**



**слабость  
и утомляемость**



**высокая  
температура**



**боль  
в горле**



**першение в горле,  
сухой кашель**



**головная  
боль**



**заложенность  
носа и насморк**



**покраснение  
слизистой**

# Если вы обнаружили у себя эти симптомы ОРВИ:

**Оставайтесь дома**

Обратитесь к врачу /  
**Вызов врача на дом 122**

**Сразу начинайте лечение**  
препаратами для ОРВИ

**При температуре выше 38С -**  
жаропонижающие препараты

**Не сбивайте**  
лекарствами  
температуру 38С и ниже

**Можно принимать**  
противовирусные  
препараты

**При насморке и**  
**заложенности носа -**  
сосудосужающие капли  
2-3 раза в день,  
промывание носа  
растворами морской  
соли

**При кашле и боли в**  
**горле -** полоскание  
отварами трав,  
антисептические спреи,  
пастилки, таблетки для  
рассасывания



# Обратитесь к врачу, если:

Появляется одышка

Температура  $>38$  градусов  
держится больше 3-х дней  
и не снижается  
лекарственными препаратами

Появляется мокрота  
с гноем и/или кровью



# Какие препараты можно использовать

**Жаропонижающие** -  
при высокой температуре:  
**парацетамол, ацетилсалициловую кислоту, Ибупрофен**

**Противовирусные:** умифеновир (Арбидол, Арпефлю и т.п.), риамиловир (Триазавирин), назальные - интерферон альфа (Гриппферон, Назоферон, Генферон лайт и т.п.)

**Антисептические** -  
Хлоргексидин, Мирамистин



**Обратите внимание!**

**Прием антибиотиков бесполезен при вирусных заболеваниях**