

## Общая информация о COVID-19

Вирус COVID-19 легко распространяется воздушно-капельным путем, например, когда больной человек кашляет или чихает рядом с другим человеком.

Также COVID-19 можно заразиться, прикоснувшись к поверхности или предмету, на котором находится вирус, а затем прикоснувшись к своему рту, носу или глазам, хотя это не считается основным путем распространения вируса.

## Симптомы

- Кашель
- Высокая температура
- Потеря обоняния/вкуса
- Мышечные боли
- Насморк
- Одышка
- Боль в горле

## Профилактика

- Часто мойте руки теплой водой с мылом, растирая их не менее 20 секунд, а затем тщательно ополаскивая. Если мыло и вода недоступны для мытья рук, воспользуйтесь дезинфицирующим средством для рук на спиртовой основе с содержанием спирта не менее 60 процентов.
- При кашле или чихании прикрывайте рот и нос салфеткой, а затем выбрасывайте салфетку в мусор, прежде чем вымыть руки водой с мылом.
- Очищайте и дезинфицируйте поверхности, к которым вы часто прикасаетесь, например: дверные ручки, мобильные телефоны, планшеты и компьютеры.
- Избегайте контактов с людьми, которые больны или могут быть больны COVID-19.
- По возможности оставайтесь дома, чтобы снизить вероятность заражения вирусом или его потенциальное распространение среди других людей.
- Если вам нужно покинуть дом, избегайте скопления людей и держитесь на расстоянии не менее 6 футов от других вне дома, а также [соблюдайте правила социального дистанцирования](#).
- Сделайте прививку, когда [вакцина от COVID-19](#) станет вам доступной.

## Источники информации для общественности

Ситуация по COVID-19 меняется очень быстро и мы рекомендуем пациентам следить за информацией, поступающей из следующих организаций:

- [Центры по контролю и профилактике заболеваний](#)
- [Министерство здравоохранения штата Массачусетс](#)
- [Министерство здравоохранения и социального обеспечения штата Нью-Гэмпшир](#)

Вы также можете позвонить на горячую линию штата Массачусетс по COVID-19, набрав номер 211. Здесь оказывают информационную поддержку круглосуточно и без выходных.

Жители штата Массачусетс также могут подписаться на получение уведомлений о COVID-19 от представителей министерства здравоохранения в реальном времени, отправив СМС-сообщение с текстом «COVIDMA» на номер 888-777.

## **Получение актуальной информации о вакцине**

### **Электронные письма про вакцину от портала Patient Gateway**

Patient Gateway — это удобный и безопасный способ для заботы о своем здоровье и общения с врачами. Мы регулярно отправляем обновления по вакцине COVID-19 всем зарегистрированным пользователям портала Patient Gateway.

[Что такое портал Patient Gateway](#)

