

# ТЕСТИРОВАНИЕ И ЗАЩИТА: ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

Выполнение этих шагов  
чрезвычайно важно для борьбы  
с коронавирусом в Шотландии

1



## ВЫЯВИТЕ СИМПТОМЫ

Возникший недавно продолжительный кашель, жар, потеря или изменение ощущения вкуса или обоняния означают, что вам и проживающим вместе с вами необходимо немедленно начать изоляцию.

2



## НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО ОБРАТИТЕСЬ ЗА ТЕСТОМ

Важно как можно скорее пройти тестирование. Посетите веб-сайт [NHSinform.scot/test-and-protect](https://www.nhs.uk/test-and-protect) или позвоните по номеру телефона **0800 028 2816**, если вам недоступен интернет.

3



## ИЗОЛЯЦИЯ

Соблюдайте изоляцию в течение 10 дней со дня возникновения симптомов или дольше, если жар продолжается, и на протяжении 48 часов после прекращения жара. Другим лицам, проживающим вместе с вами, необходимо соблюдать изоляцию на протяжении 14 дней.

4



## ПРОЙДИТЕ ТЕСТИРОВАНИЕ

Во время изоляции вам следует выходить из дома только для прохождения тестирования. Имеются различные способы его проведения.

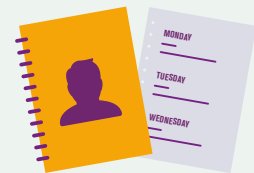
5



## ПОЛУЧИТЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Они должны стать вам известны в течение 48 часов и не позднее чем через 72 часа.

6



## ПРЕДОСТАВЬТЕ ИНФОРМАЦИЮ

Если у вас обнаружен коронавирус, с вами свяжутся специалисты службы NHS по отслеживанию контактов, чтобы спросить, с кем вы в последнее время вступали в контакт.

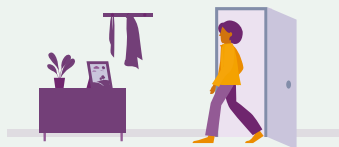
7



## NHS СВЯЗЫВАЕТСЯ С ЛИЦАМИ, ВСТУПАВШИМИ В КОНТАКТ

Служба NHS затем свяжется с людьми, с которыми вы вступали в близкий контакт. Ваше имя не будет разглашаться, если только вы не дадите разрешение на это. Все данные будут храниться надежно и безопасно.

8



## ИЗОЛЯЦИЯ ЛЮДЕЙ, ВСТУПАВШИХ В БЛИЗКИЙ КОНТАКТ

Их попросят соблюдать изоляцию в течение 14 дней с момента последнего контакта с вами.

9



## ПРОЖИВАЮЩИЕ ВМЕСТЕ С ВСТУПАВШИМ В БЛИЗКИЙ КОНТАКТ

Если у человека, вступавшего в близкий контакт, нет симптомов, другим лицам, проживающим вместе с ним, изоляция не требуется. Если у человека, вступавшего в близкий контакт, возникают симптомы, ему необходимо начать изоляцию с проживающими вместе с ним и немедленно обратиться за проведением теста.

Если у вас нет возможности воспользоваться помощью близких или членов семьи и вам требуется первостепенная помощь, обратитесь в службу National Assistance Helpline по телефону **0800 111 4000** (пн.–пт. 9:00–17:00) или по текстовому номеру **0800 111 4114**. Горячая линия предназначена для людей, которые не могут выйти из дома и не могут получить необходимую помощь где-либо еще.

С актуальными рекомендациями по охране здоровья и более подробной информацией о программе «Тестирование и защита» (Test & Protect) можно ознакомиться на веб-сайте [NHSinform.scot/test-and-protect](https://www.nhs.uk/test-and-protect)