



Апрель 2020 г.

В эти дни мы находимся в трудном положении – пожалуй, для многих из нас в Шотландии это наиболее тяжелый период, который когда-либо приходилось пережить. Но мы оказались в этом положении вместе, и вместе же справимся с ним.

Я не склонна недооценивать, насколько сложной была и остается ситуация. В результате введения всеобщего режима самоизоляции нарушен привычный ход домашней, школьной, рабочей и социальной жизни, возникли экономические сложности для предприятий и граждан, а болезнь вызвала переживания и страдания, и, в некоторых трагических случаях, чувство тяжелой утраты. COVID-19 затрагивает всех и каждого из нас.

Но у всех нас вместе достаточно сил, чтобы преодолеть кризис. Потому что у каждого из нас есть своя роль в остановке распространения вируса: работники ключевых отраслей и волонтеры обеспечивают жизнеспособность Шотландии; сотрудники NHS и служб социальной защиты заботятся о нас; даже те, кто находится дома, могут внести свой вклад, следуя рекомендациям оставаться дома.

Я понимаю, что с течением времени эти ограничения могут вызывать отчаяние. Нам не хватает встреч с друзьями и членами семьи, поездок на побережье или за город. Но эти меры важны для победы над распространением вируса. Соблюдая их, вы вносите вклад в наши общие усилия, целью которых является забота об уязвимых людях, защита нашей службы NHS и спасение жизней. Это действительно очень важно. Эти меры не навсегда – ограничения будут отменены, как только это будет безопасно. На обороте этого письма вы найдете полезные разъяснения о действиях в случае, если у вас или кого-то из проживающих с вами появились симптомы.

Я также понимаю, что нынешний кризис создает и сложности другого рода. Поэтому мы усердно работаем над предоставлением поддержки и рекомендаций, необходимых в данный момент отдельным лицам, семьям и группам населения – всем, кто обеспокоен состоянием психического или физического здоровья, безопасностью в сложных условиях, решением финансовых проблем или хочет безопасно оказать волонтерскую помощь. С более подробной информацией можно ознакомиться в приложенной брошюре.

Мы справимся с ситуацией. Наступит время, когда мы вернемся к обычной жизни: откроются магазины и предприятия; мы свободно сможем встречаться с друзьями и членами семьи; мы задумаемся о предпринятых действиях; мы сможем достойно оплакать ушедших. Но в данный момент, когда я пишу это обращение, все наши действия в масштабах страны направлены на то, чтобы сохранить стабильность ситуации – и я уверена, что нам это удастся.

В трудные времена народ Шотландии всегда демонстрировал решимость, силу характера и сострадание. Сохраняя верность этой традиции, соблюдая установленные правила и проявляя заботу друг о друге, мы справимся и станем сильнее.

С уважением,

Nicola Sturgeon
Первый министр Шотландии

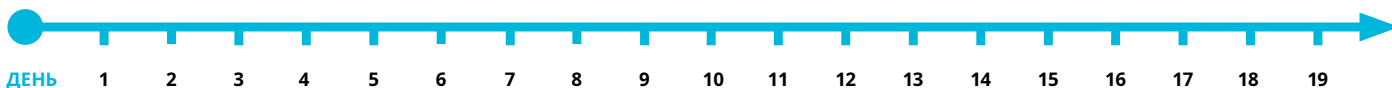
Что делать, если у вас или проживающих вместе с вами возникли симптомы



Если у вас возникли симптомы и вы живете один

Если у вас появились симптомы коронавируса, даже незначительные, с этого момента вы не должны выходить из дома в течение 7 дней.

7-ДНЕВНАЯ ИЗОЛЯЦИЯ



Если у вас возникли симптомы и вы проживаете вместе с другими

Если у кого-либо у вас дома возникли симптомы, остальные члены семьи, проживающие вместе, не должны выходить из дома в течение 14 дней во избежание распространения вируса. Если через 7 дней состояние человека с симптомами улучшилось и у него нет температуры, **он может вернуться к мерам социального дистанцирования**. Все остальные члены семьи, у которых не возникло симптомов, **должны соблюдать изоляцию на протяжении полных 14 дней**.



14-ДНЕВНАЯ СЕМЕЙНАЯ ИЗОЛЯЦИЯ

Если у вас возникают симптомы в течение 14-дневного периода

Существует вероятность, что люди, проживающие в одном доме, инфицируют друг друга. Если через 7 дней состояние человека с симптомами улучшилось и у него нет температуры, **он может вернуться к мерам социального дистанцирования**. Все члены семьи, у которых не возникло симптомов, **должны соблюдать изоляцию в течение полных 14 дней**.



7-ДНЕВНАЯ ИЗОЛЯЦИЯ

Даже если у вас возникают симптомы к концу 14-дневного периода

Если у члена семьи возникают симптомы коронавируса к концу 14-дневного периода семейной изоляции (напр., на 13-й или 14-й день), этот человек не должен выходить из дома в течение 7 дней. **При этом 14-дневный период для остальных не продлевается.**



7-ДНЕВНАЯ ИЗОЛЯЦИЯ

КОРОНАВИРУС

ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА
ЗАЩИТИТЕ
NHS
СПАСИТЕ ЖИЗНИ

Если ваши симптомы усилились или в течение 7 дней состояние не улучшилось, звоните по номеру 111. С актуальными указаниями о социальном дистанцировании и рекомендациями об изоляции можно ознакомиться по адресу nhsinform.scot/coronavirus