

### Що таке коронавірусна хвороба 2019 р. (COVID-19)?

Коронавірусна хвороба 2019 р., широко відома як COVID-19 або COVID, — це респіраторна інфекція, спричинена коронавірусом, що називається коронавірус 2 важкого гострого респіраторного синдрому (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2, SARS-CoV-2). SARS-CoV-2 і COVID-19 були вперше виявлені у провінції Ухань в Китаї у грудні 2019 року. Відтоді вірус швидко поширився по всьому світу, спричинивши пандемію та сотні мільйонів заражень.

Коронавіруси — це велика родина вірусів, що можуть інфікувати та спричиняти захворювання людей і тварин. На даний момент відомо сім типів коронавірусів, що інфікують людей. Чотири з них поширені та викликають легкі респіраторні інфекції, такі як звичайна застуда. Три інших типи, до яких належить SARS-CoV-2, викликають більш важкі респіраторні інфекції.

### Хто може захворіти на COVID-19?

Вірус дуже заразний, і будь-хто, хто зазнав контакту з COVID-19, може ним заразитися. Літні люди та особи, які мають певні фонові захворювання, як-от захворювання серця чи легенів або діабет, мають вищий ризик важкої хвороби COVID-19.

### Як поширюється COVID-19?

COVID-19 поширюється, коли інфікована людина видихає краплі або дрібні частинки, що містять вірус. Це може статися під час дихання, розмови, співу або фізичних вправ. Потім ці краплини та частки можуть бути вдихнуті іншою людиною або ж вони можуть потрапити в очі, ніс або рот. Іноді інфікована людина може заразити поверхні, яких торкається, а інші інфікуються, торкаючись очей, носа чи рота зараженими руками. Особи, що перебувають на відстані ближче шести футів від інфікованої людини, мають найбільшу ймовірність зараження.

### Які симптоми зараження COVID-19?

Захворювання, викликане інфекцією COVID-19, може варіюватися від відсутності симптомів або дуже легких симптомів до важкої хвороби, яка може призвести до необхідності госпіталізації або інтенсивної терапії чи стати причиною смерті. Більш поширені симптоми включають такі:

- підвищена температура або озноб;
- кашель;
- задишка;
- слабкість;
- болі в м'язах або тілі;
- головний біль;
- нова втрата смаку або нюху;
- біль у горлі;
- закладеність носа або нежить;
- нудота або блювання;
- пронос.

Хоча симптоми можуть виникнути у будь-кого, люди похилого віку та особи з певними фоновими захворюваннями (наприклад, із захворюваннями серця, легенів, діабетом та ослабленою імунною системою) мають вищий ризик перенести COVID-19 у важкій формі. Симптоми серйозного захворювання включають такі:

- утруднене дихання;
- постійний біль у грудях або відчуття стиснення;
- нова сплутаність свідомості;
- неможливість прокинутися або не спати;
- блідий, сірий або блакитний колір шкіри, губ або нігтьового ложа.

### Через який час після контакту виникають симптоми?

Симптоми можуть з'явитися через 2–14 днів після зараження вірусом.

### Як діагностується інфікування COVID-19?

Для діагностики поточного інфікування COVID-19 використовуються [two types of viral tests](#). Молекулярний тест (що також називається ПЦР зі зворотною транскрипцією, або RT-PCR) використовується для виявлення генетичного матеріалу, з якого складається вірус. Тест на антитіла використовується для виявлення специфічних білків, що знаходяться на поверхні вірусу. Обидва типи тестів можуть визначити, чи є у вас активна інфекція COVID-19. Молекулярний тест та тест на антитіла зазвичай проводять шляхом взяття зразків з носа за допомогою довгих зондів-тампонів. Ваш медичний працівник може вирішити, чи проводити аналізи на вірус, виходячи з ваших ознак і симптомів та зважаючи на те, чи мали ви тісний контакт із інфікованою людиною, чи є у вас стан, який наражає вас на підвищений ризик важкої хвороби, або чи ви плануєте провести медичну процедуру. Тести можна проводити в лабораторії, у пункті тестування або вдома.

### Які існують методи лікування COVID-19?

Наразі Управління з контролю за якістю харчових продуктів і медикаментів США (FDA) дозволило або схвалило три препарати для лікування COVID-19. Людям, у яких діагностовано COVID-19 легкого та середнього ступенів важкості та які мають вищий ризик розвитку важких захворювань, слід негайно звернутися до свого лікаря, щоб перевірити, чи відповідають вони вимогам для проведення лікування. Щоб лікування було ефективним, його необхідно розпочинати в перші дні хвороби.

За даними експертної групи з лікування COVID-19 Національного інституту здоров'я (NIH), пероральний протівірусний препарат нірматрелвір у поєднанні з ритонавіром ([Paxlovid](#); Pfizer) є препаратом [first-choice](#) для лікування COVID-19. Paxlovid наразі має дозвіл FDA на екстрене використання та може застосовуватися в пацієнтів віком від 12 років, вагою щонайменше 40 кг і з високим ризиком важких захворювань через COVID-19. Застосування Paxlovid слід розпочинати впродовж 5 днів після появи симптомів COVID-19.

За даними експертної групи NIH, ремдесивір ([Veklury](#); Gilead Sciences) є препаратом другого вибору для лікування COVID-19. Veklury схвалений FDA і є єдиною на сьогоднішній день терапією, яку можна застосовувати в осіб віком до 12 років. Застосування Veklury слід розпочинати

впродовж 7 днів після появи симптомів. Його можна застосовувати в амбулаторних або стаціонарних умовах і вводити шляхом внутрішньовенної (в/в) інфузії протягом трьох днів поспіль. Федеральний уряд має вебсайт [COVID-19 Therapeutics Locator](#), де громадськість або постачальники медичних послуг можуть знайти центри, які здійснюють в/в ведення Veklury.

За даними експертної групи NIH, молнупіравір ([Lagevrio](#); Merck) вважається препаратом третього вибору для лікування COVID-19. Lagevrio — це противірусний препарат для перорального застосування, який зараз використовується відповідно до екстреного дозволу на застосування FDA. Препарат дозволений пацієнтам віком від 18 років, і його застосування має починатися протягом 5 днів після появи симптомів.

### Як можна запобігти зараженню COVID-19?

Існують [several strategies](#), яких слід дотримуватися для сповільнення поширення COVID-19.

- Дотримуйтеся [up to date](#) графіку вакцинації від COVID-19 для отримання оптимального захисту.
  - Люди, які мають захворювання або приймають ліки, що послаблюють їхню імунну систему, можуть **не** бути повністю захищеними, навіть якщо вони дотримуються графіку вакцинації. Вони повинні поговорити зі своїм медичним працівником про заходи, яких необхідно вжити, щоб себе захистити.
- Ви завжди повинні носити маску, якщо у вас є COVID-19 (або його симптоми) і вам потрібно перебувати поряд з іншими особами або якщо ви доглядаєте особу, що має COVID-19. Бажано носити маску після [exposure](#) з особою, хворою на COVID-19, якщо ви перебуваєте серед інших людей, особливо тих, хто має більшу ймовірність отримати [very sick from COVID-19](#). Ви також можете носити маску у громадських приміщеннях, якщо [COVID-19 hospital admission level](#) є високим, незалежно від вашого статусу вакцинації. Люди з підвищеним ризиком розвитку важких захворювань і особи, які живуть або проводять час із кимось із групи підвищеного ризику, можуть розглянути можливість носіння високоякісної маски, навіть якщо [COVID-19 hospital admission level](#) є середнім.
  - Деякі особи не повинні носити маску за жодних обставин. До них відносяться діти віком до 2 років; будь-які діти під час сну; особи, які мають проблеми з диханням, недієздатні або які з інших причин не можуть зняти маску без сторонньої допомоги; люди з обмеженими можливостями здоров'я, які не можуть носити маску або не можуть безпечно носити маску із причин, пов'язаних зі своїми обмеженими можливостями.
- Уникайте закритих приміщень із поганим повітряним потоком (вентиляцією) та скупчення людей. Це особливо важливо для осіб, які мають підвищений ризик розвитку важких захворювань.
- Якщо у вас є симптоми COVID-19 або ви контактували з людиною з COVID-19, вам слід зробити тест.
- Залишайтеся вдома, якщо ви хворі або маєте позитивний результат тесту на COVID-19.

## Інформаційний бюлетень щодо коронавірусної хвороби 2019 р. (COVID-19)

- Часто мийте руки з милом протягом принаймні 20 секунд. Якщо води немає, використовуйте дезінфікуючий засіб для рук на спиртовій основі, що містить щонайменше 60% спирту.
- Уникайте контакту із хворими людьми.
- [Clean surfaces](#), яких часто торкаються, за допомогою побутових засобів для чищення, таких як мило або миючий засіб.

### Як я можу дізнатися більше про COVID-19?

- Якщо у вас виникнуть запитання щодо COVID-19, зверніться до свого постачальника медичних послуг.
- Зателефонуйте в місцевий відділ охорони здоров'я. Перелік місцевих відділів охорони здоров'я розміщено за адресою <https://www.vdh.virginia.gov/local-health-districts/>.
- Відвідайте вебсайт Центрів із контролю та профілактики захворювань (CDC) за адресою <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>.

Травень 2023 р.