

# ПОЛУЧИЛИ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА НА COVID-19 ИЛИ ОЩУЩАЕТЕ СООТВЕТСТВУЮЩИЕ СИМПТОМЫ?

## ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА, НОСИТЕ МАСКУ И КОНТРОЛИРУЙТЕ СВОЕ СОСТОЯНИЕ

07.01.2022

**ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА  
В ТЕЧЕНИЕ 5 ДНЕЙ**  
Начинайте отсчет  
с даты получения  
положительных  
результатов теста\*  
ИЛИ с первого дня  
появления симптомов.

Если изначально у вас  
не было симптомов, но  
в течение 10 дней они  
появились, начинайте  
отсчитывать 5 дней  
заново. Первый день  
появления симптомов  
будет вашим новым  
днем 0.



Данные рекомендации относятся ко всему населению независимо от прохождения вакцинации от COVID-19. Лицам с заболеваниями средней тяжести и тяжелого течения, с ослабленным иммунитетом и проживающим в условиях повышенного риска или в окружении других лиц, вероятно, потребуется изолироваться более чем на 5 дней.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МЕРЫ



Освободите пространство для тех, с кем вы проживаете, и **НЕ** принимайте посетителей. Оставайтесь в отдельной части вашего дома и по возможности используйте отдельную ванную комнату.



Протирайте все поверхности, к которым вы часто прикасаетесь. Чаще мойте и обрабатывайте дезинфицирующими средствами помещения общего пользования. Чаще мойте руки с мылом и водой в течение 20 минут.



**Надевайте маску в течение 10 дней**, закрывая рот **И** нос (даже дома, если с вами проживают другие лица)!



Отслеживайте появление симптомов COVID-19, например кашля, одышки, усталости, потери вкуса/обоняния, головной боли, болей в теле, боли в горле, повышения температуры, озноба, диареи.



Избегайте поездок, в том числе на общественном транспорте, и посещения мест, где вы не можете носить маску, (рестораны, бары, дома и т. д.) с 5-го по 10-й день.



Узнайте больше о COVID-19 по ссылке [nj.gov/health/cd/topics/ncov.shtml](https://nj.gov/health/cd/topics/ncov.shtml)

\*Если у вас нет симптомов (симптомы не появляются), 0-й день является днем тестирования (а не днем получения положительных результатов теста), а 1-й день является первым полным днем после дня тестирования.