

STAY SAFE MN



# COVID-19: Когда возвращаться на работу?

Соблюдайте эти инструкции при пребывании дома и возвращении на работу. Инструкции предназначены для всех работников за исключением работников сферы здравоохранения. Информацию для работников сферы здравоохранения можно получить на веб-сайте Департамента здравоохранения шт. Миннесота [Здравоохранение: Страница COVID-19 \(www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/hcp/index.html\)](http://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/hcp/index.html) и у вашего работодателя.

Симптомы COVID-19 могут включать повышенную температуру, кашель, одышку, озноб, головную боль, боль в мышцах и горле, усталость, насморк или потерю вкуса или обоняния. Среди менее распространенных симптомов встречаются желудочно-кишечные симптомы, такие как тошнота, рвота или диарея.



## Если вы проживаете с человеком, больным COVID-19 или имеющим симптомы COVID-19:

- В течение 14 дней, даже если ваш тест на COVID-19 показал отрицательный результат:
  - Как можно больше находитесь дома.
  - Держитесь отдельно от окружающих.
  - Избегайте совместного использования предметов, которых касаются другие люди: телефонов, ножей, вилок и т.д.
- Поставьте в известность свое руководство и работайте на дому, если это возможно. Если вы работаете в сфере здравоохранения или в другой критически важной отрасли, где ваше отсутствие приведет к кадровому кризису, позвоните своему работодателю для получения индивидуальных распоряжений относительно работы. Если вам разрешили работать, носите маску и держитесь на расстоянии 6 футов (2 метров) от окружающих.
- Если вы не заболели, можете возвращаться на работу через 14 дней.
- Если заболели, продолжайте оставаться дома и соблюдать описанные ниже инструкции для людей, заболевших COVID-19 или имеющих симптомы COVID-19.



## Если вы больны COVID-19 или имеете симптомы COVID-19:

- Держитесь отдельно от окружающих; не пользуйтесь предметами, которых касаются другие люди (телефоны, ножи и вилки и т.д.); носите маску, если вам приходится находиться в одной комнате с другими людьми, и оставайтесь дома, пока не будут выполнены все три следующих условия:
  - Прошло не менее 10 дней со времени появления у вас первых симптомов, **И**
  - У вас не было температуры 24 часа, при этом вы не принимали жаропонижающих средств, **И**
  - У вас наблюдается улучшение симптомов COVID-19.
- Примечание. Вам, возможно, придется оставаться дома более 10 дней, если у вас есть заболевания, ослабляющие иммунную систему, или если вы были в больнице. Обратитесь за указаниями к своему врачу или в клинику.
- Поставьте в известность свое руководство и работайте на дому, если это возможно. Если вы работаете в сфере здравоохранения или в другой критически важной отрасли, где ваше отсутствие приведет к кадровому кризису, позвоните своему работодателю для получения индивидуальных распоряжений относительно работы. Если вам разрешили работать, носите маску и держитесь на расстоянии 6 футов (2 метров) от окружающих.
- При возвращении на работу держитесь на расстоянии 6 футов (2 метров) от окружающих и, по возможности, носите маску.



Minnesota Department of Health / Департамент здравоохранения шт. Миннесота

health.mn.gov | 651-201-5000

625 Robert Street North PO Box 64975, St. Paul, MN 55164-0975

Для получения информации в альтернативном формате, обратитесь по адресу электронной почты [health.communications@state.mn.us](mailto:health.communications@state.mn.us)

07/27/2020 (Russian)