

Получите необходимые прививки от COVID-19

Вакцины против COVID-19 безопасны и эффективны; они рекомендованы для взрослых и детей от 6 месяцев и старше. Вакцинация по-прежнему является лучшим способом защитить себя и своих близких от заболевания.

Не забывайте о гриппе!

Всем детям в возрасте от 6 месяцев и старше необходимо ежегодно ставить прививку против гриппа. Грипп по-прежнему является серьезной проблемой, особенно для пожилых людей, маленьких детей, беременных женщин и людей с заболеваниями.

Вы можете заболеть COVID-19 и гриппом одновременно. Хорошей новостью является то, что Вы можете сделать прививку против гриппа и COVID-19 одновременно.



Boston Public Health Commission
Бюро по вопросам
инфекционных заболеваний
1010 Massachusetts Avenue
Boston, MA 02118
www.boston.gov/bphc
617-534-5611

Обновлено: сентябрь 2023 г.

RUS

Boston Public Health Commission

Встречайте праздники здоровыми



Узнайте о доступных Вам ресурсах!



Найдите
прививку от
COVID-19!



Найдите
лечение от
COVID-19!



Найдите
тестирование на
COVID-19!



Найдите
прививку
от гриппа!



Пройдите тестирование!

Пройдите тестирование на COVID-19 и/или грипп, особенно если Вы плохо себя чувствуете.

Храните наборы для быстрого тестирования на COVID-19 дома, чтобы использовать их в случае плохого самочувствия, контакта с лицом, зараженным COVID-19, или перед занятиями с пожилыми людьми или другими лицами в группе повышенного риска тяжелой формы заболевания COVID-19.



Пройдите лечение

Если у Вас положительный результат теста на COVID-19 или грипп, и Вы относитесь к группе повышенного риска тяжелой формы заболевания, немедленно поговорите с Вашим врачом о назначении лечения.



Оставайтесь дома, если Вы плохо себя чувствуете

Поговорите с Вашим врачом о прохождении тестирования на COVID-19 и/или грипп. Носите маску, находясь рядом с другими людьми, если Вы болеете.

Не забывайте об основных правилах!

Прикрывайте нос и рот При кашле или чихании прикрывайте нос и рот локтем или салфеткой. Это может защитить Вас от простуды, гриппа, а также COVID-19, ограничивая распространение респираторных капель. Подумайте о том, чтобы носить маску в людных помещениях, особенно если Вы плохо себя чувствуете.



Мойте руки

Часто мойте руки с мылом и чистой водой в течение не менее 20 секунд, особенно после кашля, чихания, посещения туалета и перед едой. Это помогает предотвратить распространение микробов, которые вызывают простуду, грипп, COVID-19 и другие заболевания.



Увеличивайте вентиляцию воздуха

Респираторные заболевания, такие как простуда, грипп и COVID-19, легче распространяются в многолюдных закрытых помещениях. Это особенно актуально зимой, когда двери и окна закрыты. Если это безопасно, откройте двери и окна или используйте очистители воздуха, чтобы снизить риск заболеваний.