

# Это нужно знать: тесты на COVID-19 на дому

Сделайте тест на дому, чтобы обезопасить друзей, родственников и знакомых.

## Когда делать тест на COVID-19?

1. Если у вас есть какие-нибудь **симптомы COVID-19**,
  - Сразу сделайте тест на COVID-19, независимо от вакцинационного статуса.
  - Если тест отрицательный, но симптомы не исчезают, повторите тест через 24-48 часов. В самом начале заболевания вируса мало, поэтому вначале тест может оказаться отрицательным, но стать положительным через несколько дней.
2. Если вы **тесно контактировали с носителем вируса COVID-19**,
  - Если вы тесно контактировали с носителем вируса, сделайте тест не позднее, чем через 3-5 дней после контакта, даже если симптомов нет.
  - Если симптомы разовьются, сделайте тест сразу же.
3. **Очень желательно делать тест до и через 3-5 дней после собрания, большого мероприятия или путешествия.** Это особенно важно, если вокруг вас есть **люди из групп риска** (пожилые, с нарушенным иммунитетом, не привитые).

## Где получить набор для тестирования на дому?

1. Страховка предлагает БЕСПЛАТНЫЕ тесты в вашей местной аптеке (в аптеке или онлайн):
  - MediCal или Medicare — принесите в аптеку свою карточку участника этой программы.
  - Частная страховка — обратитесь в свою страховку за бесплатными тестами или за возмещением денег, потраченных на тесты.
2. Приобретите тест в вашей местной аптеке (в аптеке или онлайн). Обычно тесты стоят по \$10 каждый.

## Где я еще могу сделать тест?

Узнать, где делают тест, можно [онлайн](#) или по телефону (833) 422-4255 или 211.

## Что делать, если тест положительный?

Это значит, что у вас COVID-19. Обратитесь к медику. Он определит, нужно ли вам лечиться от [COVID-19](#), для того чтобы предупредить тяжелые симптомы, госпитализацию или смерть. Следуйте [рекомендациям по предупреждению распространения болезни](#). Сообщите о том, что у вас положительный тест, на сайте [canotify.ca.gov](http://canotify.ca.gov).

Если симптомы у вас тяжелые, позвоните по телефону 911 или обратитесь в ближайшую больницу.

## Что делать, если из-за COVID-19 я не могу работать?

Если из-за COVID-19 или контакта с носителем вируса вы не в состоянии работать, то можно [подать страховое требование по временной нетрудоспособности \(Disability Insurance \(DI\) claim\)](#). Если работать вы не можете, потому что ухаживаете за членом семьи больным COVID-19, то можете [подать страховое требование на оплачиваемый больничный по уходу за членом семьи \(Paid Family Leave, PFL\)](#). В обоих случаях требуется справка от медика.



**Симптомы COVID-19 могут быть похожи на симптомы простуды, аллергии или гриппа. Вот некоторые из них:**

- Температура или озноб.
- Кашель.
- Одышка или затрудненное дыхание.
- Усталость.
- Мышечные боли.
- Головная боль.
- Потеря чувства вкуса или запаха.
- Больное горло.
- Заложенный нос.
- Тошнота или рвота.
- Понос.



Для того чтобы увидеть интернет-ссылки, просканируйте смартфоном этот QR-код.

