

Захист від COVID-19: Інструкції щодо розмови з лікарем

COVID-19 protection: A guide for talking with your doctor

Налаштуйтеся з думками, перш ніж поговорити з лікарем

Gather your thoughts before you talk to a doctor

Стан здоров'я

Health conditions

- Порушення згортання крові**
Bleeding disorder
- Рак**
Cancer
- Хронічне захворювання легенів**
Chronic lung disease
- Діабет**
Diabetes
- Хвороба серця**
Heart disease
- Високий кров'яний тиск**
High blood pressure
- Ослаблена імунна система через хворобу або ліки**
Weakened immune system due to illness or medication
- Вагітність або планування вагітності**
Pregnant or planning to become pregnant
- Важкі алергічні реакції**
Severe allergic reactions

Досвід роботи з COVID-19

Experience with COVID-19

- У мене був COVID-19**
I have had COVID-19
- Хтось із моєї родини мав COVID-19**
Someone in my household has had COVID-19
- Хтось у мене на роботі мав COVID-19**
Someone in my workplace has had COVID-19
- У мене відбувався тісний контакт із кимось (за межами мого домоволодіння або місця роботи), в кого є COVID-19**
I have had close contact with someone (not in my household or workplace) who has COVID-19
- Я - працівник першої лінії або часто буваю в громадських місцях**
I am a front-line worker or am in public places a lot
- Я доглядаю за здоров'ям інших людей у моїй родині**
I look after the health of other people in my family

Зробіть план наступних кроків

Make a plan for your next steps

- Знайдіть призначення вакцини на сайті vaccinelocator.doh.wa.gov або дзвоніть COVID-19 на гарячу лінію за номером 1-800-525-0127, а потім натисніть #. Доступна мова. Тут можна знайти додаткову інформацію:**

Find a vaccine appointment at vaccinelocator.doh.wa.gov or call the COVID-19 hotline at 1-800-525-0127, then press #. Language assistance is available. Additional information can be found here:

- doh.wa.gov/covid19/Ukrainian ←

- Запитайте моїх друзів та родину про їх досвід вакцини**
Ask my friends and family about their vaccine experience
- Проведіть бесіду щодо своїх запитань і вакцинації з лікарем або медичним робітником Зворотна сторона**
Have a conversation about my questions and the vaccine with a doctor or medical professional

Захист від COVID-19: Інструкції щодо розмови з лікарем

COVID-19 protection: A guide for talking with your doctor

Це розумно задавати питання, коли мова йде про Ваше здоров'я. Перевірена інформація про COVID-19 з офіційних джерел є надійною. Але тільки Ви та медичний фахівець можуть оцінювати Ваші особисті ризики та варіанти разом.

It's smart to ask questions when it comes to your health. Verified information about COVID-19 from official sources is reliable. But only you and a medical professional can assess your personal risks and options together.

Виберіть і задайте питання, які мають значення для Вашого життя

Choose and ask the questions that matter for your life

Чи безпечні вакцини для людей із моїм станом здоров'я?

Are the vaccines safe for people with my health conditions?

Які можливі побічні ефекти вакцини COVID-19?

What are the possible side effects of a COVID-19 vaccine?

Деякі побічні ефекти більш чи менш поширені у пацієнтів мого віку та стану здоров'я?

Are some side effects more or less common in patients my age and health status?

Які мої ризики довгострокової травми від COVID-19?

What are my risks of long-term injury from COVID-19?

Як ризики COVID-19 порівнюються з ризиком травми від вакцини?

How do COVID-19 risks compare to risk of injury from a vaccine?

Чи може вакцина COVID-19 захистити мене, навіть якщо я вже мав COVID-19?

Can the COVID-19 vaccine protect me even if I have already had COVID-19?

Як працюють вакцини?

How do the vaccines work?

Чи могли мої ліки послабити ефект вакцини?

Could my medications weaken the vaccine effect?



Симптоми COVID-19, ризики та варіанти тестування

COVID-19 symptoms, risks, and testing options

Як поширюється COVID-19

How COVID-19 spreads

COVID-19 поширюється через краплі з чхання та кашлю. Він також поширюється через тісний контакт із іншими.

COVID-19 spreads through droplets from sneezes and coughs. It also spreads through close contact with others.

Тестування

Testing

Ви повинні зробити тест на COVID-19, якщо:

You should get tested for COVID-19 if:

- У Вас є симптоми COVID-19
You have symptoms of COVID-19
- Ви мали тісний контакт із ким-небудь із COVID-19 або ким-небудь, хто був оточений пацієнтами з COVID-19
You have had close contact with someone with COVID-19 or who has been around someone with COVID-19

Зробіть тест, щоб визначитися:

Find a place to get tested here:

<https://rb.gy/gillen> ←

Планування догляду

Advance care planning

Якщо Ви маєте підвищений ризик серйозного COVID-19 або не можете тримати соціальну дистанцію і не отримуєте COVID вакцину, можливо Ви хочете розглянути, яку медичну допомогу Ви бажаєте, якщо Ваш стан буде критичним.

If you are at high risk for severe COVID-19 or are unable to socially distance and do not get a COVID vaccine, you may want to consider what kind of health care you want if you become critically ill.

Шведська служба з охорони здоров'я в Сіетлі підготувала цей документ, щоб спрямувати та записати Ваш вибір:

Swedish Health Services in Seattle prepared this document to guide and record your choices:

<https://rb.gy/zzxmdu> ←

Симптоми COVID-19, ризики та варіанти тестування

COVID-19 symptoms, risks, and testing options

Симптоми Symptoms

Основними симптомами COVID-19 є:

The main symptoms of COVID-19 are:

- Лихоманка
Fever
- Кашель
Coughing
- Задишка
Shortness of breath
- Деякі люди також відчувають біль у тілі та біль у горлі
Some people also experience body aches and a sore throat

Серйозні симптоми - це надзвичайна ситуація, і Ви повинні зателефонувати 9-1-1. До них відносяться:

Severe symptoms are an emergency and you should call 9-1-1. These include:

- Порушення дихання
Trouble breathing
- Тривалий біль або тиск у грудях
Ongoing pain or pressure in the chest
- Аномальне затьмарення свідомості
Abnormal confusion
- Відсутність змоги бути або залишатися у свідомості
being unable to wake or stay awake
- Сині губи або обличчя
Blue lips or face

Люди, які мають більший ризик серйозної хвороби, госпіталізації, та смерті від COVID-19, це:

People are at greater risk of severe illness, hospitalization, and death from COVID-19 include:

- Літні люди. Більше 80% смертей від COVID-19 виникають у людей старше 65 років, а понад 95% смертей від COVID-19 виникають у людей старше 45 років
Older adults. More than 80% of COVID-19 deaths occur in people over age 65, and more than 95% of COVID-19 deaths occur in people older than 45
- Вагітні жінки. Вагітні жінки з COVID в 5 разів частіше потрапляють до інтенсивної терапії, ніж не вагітні пацієнти з COVID
Pregnant people. Pregnant COVID patients are 5 times more likely to end up in the intensive care unit than non-pregnant COVID patients
- Люди з цими та іншими хворобами:
People with these and other conditions:
 - Рак
Cancer
 - Хронічна хвороба нирок
Chronic kidney disease
 - Хронічне захворювання легенів
Chronic lung disease
 - Слабоумство
Dementia
 - Діабет
Diabetes
 - Синдром Дауна
Down syndrome
 - Хвороби серця
Heart conditions
 - ВІЛ-інфекція
HIV infection
 - Ослаблена імунна система
Weakened immune system
 - Хвороба печінки
Liver disease
 - Надмірна вага і ожиріння
Overweight and obesity
 - Куріння, поточний або колишній курець
Smoking, current or former
 - Трансплантація органів
Organ transplant
 - Інсульт
Stroke
 - Розлади, викликані вживанням психоактивних речовин
Substance use disorders