



Чтобы ознакомиться с самой последней версией этого руководства, посетите ph.lacounty.gov/fullyvax.

Защита себя и окружающих

Вакцины от COVID-19, доступные в США в настоящее время, защищают вакцинированных людей от заражения вирусом, который вызывает COVID-19, включая его Дельта-вариант. Полностью вакцинированные люди обладают большей свободой действий с меньшим количеством ограничений, чем не полностью вакцинированные люди.

Прорывная инфекция

Небольшой процент полностью вакцинированных людей заражаются Дельта-вариантом вируса COVID-19. Такие «прорывные инфекции» ожидаемы даже при использовании высокоэффективных вакцин. Важным является то, что прорывные инфекции, как правило, вызывают легкое течение заболевания. Если вы сделаете прививку вакциной, вероятность того, что вы заразитесь, перенесете заболевание с симптомами и, тем более, окажетесь в больнице или умрете, намного ниже, чем если вы не вакцинированы. Новые данные показывают, что некоторые вакцинированные люди, зараженные Дельта-вариантом, могут передавать вирус окружающим, но, судя по всему, доля заразившихся от них людей достаточно мала.

Даже после полной вакцинации от COVID-19 продолжайте соблюдать меры предосторожности для защиты себя и окружающих, в том числе:

- Носите плотно прилегающую маску, когда это необходимо, в том числе во всех помещениях общественных мест, на рабочих местах, в школах K-12 и на масштабных мероприятиях на открытом воздухе в округе Лос-Анджелес (см. ниже).
- Часто мойте (или дезинфицируйте) руки.
- Оставайтесь дома, если вы больны. При наличии симптомов COVID-19 самоизолируйтесь, проконсультируйтесь с врачом и сдайте анализ.

Информацию о том, чего ожидать после прививки вакциной, в том числе о побочных эффектах вакцины и о том, как о них сообщить, см. в разделе «[После прививки вакциной](#)».

Когда я считаюсь полностью вакцинированным?

Вы считаетесь полностью вакцинированным от COVID-19 через 2 недели после:

- Прививки вакциной от COVID-19 компании Johnson & Johnson (J&J)/Janssen, или
- Прививки второй дозой вакцины от COVID-19 компании Pfizer или Moderna, или
- Прививки полной серией [вакцины](#) от COVID-19, которая была внесена в список для экстренного использования Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ).

Следующие вакцины от COVID-19 были внесены в список ВОЗ для экстренного использования:

- Pfizer-BioNTech (например, COMIRNATY, Tozinameran)
- Moderna
- Johnson & Johnson (Janssen)
- AstraZeneca-Oxford (например, Covishield, Vaxzevria)
- Sinopharm
- Sinovac





Важная информация для людей с ослабленной иммунной системой

Если у вас есть заболевание или вы принимаете лекарства, которые значительно ослабляют вашу иммунную систему¹ (например, при лечении раковых заболеваний, пересадке органов или ревматологических заболеваниях), вакцинация может оказаться менее эффективной.

- Проконсультируйтесь с врачом по поводу ваших действий. Возможно, после вакцинации вам придется продолжать соблюдать все меры предосторожности, чтобы предотвратить заражение COVID-19.
- Если вы привились 2 дозами вакцины Pfizer или Moderna, Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDC) рекомендуют, чтобы вы привились дополнительной дозой вакцины. Проконсультируйтесь со своим врачом о необходимости дополнительной прививки вакциной от COVID-19. Если вам нужна 3-я доза, узнайте о лучшем времени для прививки на основании вашего текущего плана лечения. Это особенно важно, если вы собираетесь начать или возобновить иммуносупрессивную терапию. Для получения дополнительной информации см. [«Дополнительные дозы для людей с ослабленной иммунной системой \(иммунной недостаточностью\)»](#).

ПОЛЬЗОВАНИЕ ОБЩЕСТВЕННЫМ ТРАНСПОРТОМ И СОВЕРШЕНИЕ ПОЕЗДОК

- Вы должны всегда носить маску:
 - В самолетах, автобусах, поездах и других видах общественного транспорта или машинах райдшеринга, когда вы въезжаете в США, совершаете поездки по территории страны или выезжаете за ее пределы.
 - В транспортных узлах США, таких как аэропорты, железнодорожные вокзалы и автовокзалы.
- Вы можете совершать [внутренние](#) и [международные](#) поездки. Обязательно выполняйте требования местности, которую вы посещаете. В некоторых местах от вас могут потребовать предъявить отрицательный результат анализа перед поездкой. Будьте готовы и планируйте заранее.
- По возвращении в округ Лос-Анджелес из-за пределов штата Калифорния:
 - [Следите за состоянием своего здоровья](#) в течение 14 дней. Если у вас нет симптомов², вам не нужно соблюдать карантин и сдавать анализ после поездки внутри страны.
 - Если вы вернулись из [международной поездки](#), вам не нужно соблюдать карантин при условии, что у вас нет симптомов. Рекомендуется сдать анализ через 3-5 дней после возвращения.
 - Обратите внимание: вы должны иметь [доказательство отрицательного результата анализа на COVID-19](#), чтобы вернуться в США.

ОБЩЕСТВЕННЫЕ МЕСТА

- В округе Лос-Анджелес каждый человек в возрасте 2 лет и старше, независимо от того, был ли он вакцинирован, должен носить маску во всех помещениях общественных мест, мест проведения мероприятий и собраний, в помещениях государственных и частных предприятий и на масштабных мероприятиях на открытом воздухе.

¹ Вакцинация может не обеспечить полную защиту людям, имеющим проблемы со здоровьем или принимающим препараты, которые ослабляют иммунную систему. К ним относятся люди, получающие противораковую терапию для лечения опухолей или рака крови, прошедшие пересадку органа и принимающие препараты для подавления иммунной системы, прошедшие пересадку стволовой клетки в течение последних 2 лет или принимающие препараты для подавления иммунной системы, имеющие умеренный или тяжелый первичный иммунодефицит (например, синдром Ди Георга, синдром Вискотта-Олдрича), развившуюся или нелеченую инфекцию ВИЧ или получающие лечение с применением высокодозированных кортикостероидов или других препаратов, которые могут подавлять иммунный ответ. При наличии одного из этих или схожих показаний проконсультируйтесь со своим врачом. Дополнительная информация, в том числе о том, когда рекомендовано использование дополнительных доз вакцины, доступна на веб-странице Центров по контролю и профилактике заболеваний (CDC) [«Вакцины от COVID-19 для людей с умеренно или сильно ослабленной иммунной системой»](#).

² Симптомы могут появиться через 2-14 дней после контакта с вирусом и могут включать в себя: высокую температуру или озноб, кашель, одышку/затрудненное дыхание, недавнюю потерю вкуса или обоняния, усталость, насморк или заложенность носа, боль в мышцах или теле, головную боль, боль в горле, тошноту или рвоту, или понос. Этот список не включает в себя все возможные симптомы COVID-19. Некоторые люди, зараженные COVID-19, никогда не испытывают симптомов. Посетите ph.lacounty.gov/covidcare, чтобы узнать больше о том, что нужно делать, если вы заболели.



- Каждый человек*, независимо от статуса вакцинации, должен носить маску:
 - Во всех видах общественного транспорта и транспортных узлах
 - В медицинских учреждениях (включая учреждения длительного ухода)
 - В приютах и центрах охлаждения
 - В помещениях учреждений для детей (школы K-12, детские сады, дневные лагеря и т.д.)
 - На масштабных мероприятиях на открытом воздухе (мероприятия с более чем 10000 присутствующими, например, концерты, спортивные игры и парады)
 - В любых других местах на открытом воздухе, где того требуют правила предприятия или площадки

Примечание: вы можете снимать маску, когда вы:

- Едите или пьете при условии, что вы сидите или стоите в определенном месте, например, за столом, стойкой или на месте, купленном по билету. Это означает, что вы можете ненадолго снять маску на время еды или питья, но после этого вы должны сразу же надеть ее. Вы также должны носить маску, пока ожидаете обслуживания, в перерыве между блюдами или напитками, а также пока вы сидите по окончании приема пищи или напитков.
- Находитесь в уединении в отдельном помещении или кабинете.
- Принимаете душ или плаваете.
- Оказываете или получаете услуги личной гигиены и ухода (например, уход за лицом или бритье), которые невозможны без снятия маски.

***Некоторым людям не следует носить маску**, например, детям младше 2 лет, людям с определенными заболеваниями или ограниченными возможностями, а также людям, получившим указание от врача не носить маску. Дети от 2 до 8 лет должны носить маску только под присмотром взрослых. Для получения подробностей и информации об альтернативных видах покрытий для лица см. разделы [«Кому не следует носить маску»](#) и [«Особые рекомендации для людей с трудностями в общении или определенными ограниченными возможностями»](#).

***На рабочих местах** сотрудники должны выполнять более строгие требования к ношению масок, установленные Cal/OSHA и Указом главного санитарного врача округа. Некоторые сотрудники могут быть освобождены от ношения масок в определенных ситуациях при условии использования альтернативных мер безопасности. Для получения информации о требованиях к рабочим местам см. [Указ главного санитарного врача](#) и веб-страницу [«Эффективные методы работы для предприятий»](#).

СДАЧА АНАЛИЗА НА COVID-19

При отсутствии симптомов вам обычно не нужно сдавать анализ на COVID-19. Однако:

- Если вы вступали в близкий контакт с зараженным COVID-19, вам рекомендуется сдать анализ на COVID-19.
- Если вы являетесь участником расследования вспышки заражения, от вас может потребоваться сдать анализ.
- В некоторых условиях высокого риска, при высоком уровне передаче вируса среди населения, от вас может потребоваться принять участие в стандартном контрольном тестировании.

Для получения дополнительной информации см. [Анализ на COVID-19](#).



Округ Лос-Анджелес ПОСЛЕ ПОЛНОЙ ВАКЦИНАЦИИ

КАРАНТИН

- При отсутствии симптомов вы не обязаны соблюдать карантин, если вы являетесь близким контактом человека, зараженного COVID-19, либо если вы вернулись из другого штата или из-за границы.
- Вам все равно нужно [сдать анализ](#) и [следить за состоянием своего здоровья](#) на предмет появления симптомов COVID-19 в течение 14 дней после вашего последнего контакта с зараженным человеком или по возвращении в округ Лос-Анджелес. Если вы проживаете с человеком с ослабленным иммунитетом, с повышенным риском развития тяжелого заболевания или не прошедшим вакцинацию (включая детей младше 12 лет), рассмотрите возможность носить маску дома в течение 14 дней или до тех пор, пока вы не получите отрицательный результат анализа.

Для получения дополнительной информации посетите [веб-страницу о карантине](#).

ЛЮДИ С COVID-19

- Если у вас диагностировали заражение COVID-19, вы должны выполнять все [инструкции по самоизоляции](#).
- Если вы проживаете вместе с человеком, зараженным COVID-19, или ухаживаете за зараженным, вы должны продолжать соблюдать меры предосторожности, в том числе, носить маску и соблюдать физическую дистанцию, где это возможно.