



# Коронавирус SARS-CoV-2: актуальные правила карантина и изоляции

Карантин и изоляция относятся к важнейшим инструментам в борьбе с пандемией коронавируса, позволяющим предотвратить быстрое распространение вируса, ведь многие люди в Германии по-прежнему заболевают COVID-19. Однако инфекции, вызванные преобладающим вариантом «Омикрон», чаще протекают в легкой форме и редко приводят к госпитализации. По этой причине появились новые правила карантина и изоляции, о которых рассказывается в этой листовке.

Важно, что правила от 02.05.2022 доступны федеральным землям как предложение Федерального правительства. Поэтому ознакомьтесь с правилами, действующими именно в вашей федеральной земле. В целом, последнее слово остается за органами здравоохранения, которые могут принимать разные решения в каждом конкретном случае.



# 1. Как мне себя вести при наличии симптомов?

Обнаруживая у себя симптомы коронавирусной инфекции, мы должны избегать контактов и оставаться дома. Симптомами заболевания могут быть, например, повышение температуры, кашель, насморк, головные и мышечные боли, вялость, першение в горле или потеря вкуса и обоняния.

При наличии **симптомов заболевания** вы можете позвонить семейному врачу, на местную горячую линию по коронавирусу или в специализированную амбулаторию (нем. Fieberambulanz). Кроме того, в ночное время, на выходных и в праздники по всей Германии по телефону **116 117** доступна дежурная медицинская служба. Там можно получить информацию о том, что делать. В экстренных случаях набирайте **112**.



## 2. Какие правила действуют при изоляции?

**Изоляция** — это официальное мероприятие для людей с подтвержденной инфекцией COVID-19. Изоляция для всех (исключение см. ниже) заканчивается через **5 дней**, начиная с первых полных суток после появления симптомов в симптоматических случаях или с первых полных суток после забора пробы, которая дала положительный результат теста, при отсутствии симптомов.

Поскольку заражение возможно и по истечении этого периода, то после обязательной изоляции настоятельно рекомендуется ежедневно делать экспресс-тест на антиген и по-прежнему добросовестно изолироваться до тех пор, пока не будет получен отрицательный результат. В целом, рекомендуется, чтобы лица с симптомами заболевания изолировались до тех пор, пока не наступит существенное улучшение состояния. Если близкие контакты неизбежны, то до получения отрицательного результата теста или существенного улучшения состояния следует носить медицинскую маску, чтобы не заразить других людей.

Работники учреждений здравоохранения, домов престарелых, учреждений сестринского ухода и амбулаторных служб ухода, а также учреждений интеграционной помощи дополнительно должны предъявить отрицательный результат теста (либо результат ПЦР-теста со значением Ct больше 30), чтобы возобновить свою работу. Это должен быть экспресс-тест или ПЦР-тест,

сделанный не ранее чем на пятый день. Кроме того, в течение предыдущих 48 часов у них не должно быть соответствующих симптомов.

Продолжительность изоляции пациентов в стационаре и постояльцев учреждений сестринского ухода может отличаться.

Информация по этой теме содержится на сайте: [www.rki.de/covid-19-entisolierung-stationaer](http://www.rki.de/covid-19-entisolierung-stationaer)

### 3. Какие правила действуют при карантине?

**Правила карантина** действуют для людей, которые могли заразиться от больного человека. Поэтому им настоятельно рекомендуется в течение 5 дней после контакта с больным человеком ежедневно самостоятельно делать экспресс-тест на антиген и сократить количество контактов, прежде всего с людьми, которые подвержены риску тяжелого течения заболевания. При этом первым полным днем карантина является день после последнего контакта с инфицированным человеком.

Максимальному риску заражения подвергаются лица, проживающие вместе с человеком, инфицированным коронавирусом.

Работники учреждений здравоохранения, домов престарелых, учреждений сестринского ухода и амбулаторных служб ухода, а также учреждений интеграционной



помощи должны в течение пяти дней до начала работы делать экспресс-тест на антиген или ПЦР-тест (либо аналогичный тест, основанный на методе амплификации нуклеиновых кислот).

По истечении этого периода по-прежнему рекомендуется сократить свои контакты на срок до 14 дней после последнего контакта с заболевшим и носить медицинскую маску, общаясь с другими людьми.

Кроме того, контактные лица должны наблюдать за своим состоянием: при появлении в течение этих 14 дней симптомов, ассоциированных с COVID-19, эти контактные лица должны сразу же самоизолироваться и сделать тест. Симптомами заболевания могут быть, например, повышение температуры, кашель, насморк, головные и мышечные боли, вялость, першение в горле или потеря вкуса и обоняния.

## 4. Какие правила карантина действуют при въезде из зоны с вариантами вируса?

В целом, для въезжающих из **зон с вариантами вируса** — за очень редким исключением, которое распространяется, в частности, на граждан ФРГ или лиц, имеющих место жительства и право проживания на территории Федеративной Республики Германия, на транзитных пассажиров и транспортный персонал —

действует запрет на пассажирские перевозки.

Лица, въезжающие в Федеративную Республику Германия из зоны с вариантами вируса, как правило, обязаны в течение 14 дней соблюдать домашний карантин. Домашний карантин завершается автоматически, как только соответствующая зона перестает упоминаться на сайте **[www.rki.de/risikogebiete](http://www.rki.de/risikogebiete)**.

Исключения, освобождающие от обязательного карантина при въезде в страну, действуют, в частности, в отношении транзитных пассажиров и транспортного персонала, если они соблюдают соответствующие защитные меры и санитарно-гигиенические рекомендации, а также лиц, которые являются маятниковыми мигрантами (категории Grenzpendler или Grenzgänger), если их деятельность срочно необходима и обязательна для поддержания рабочих процессов. Лица, которых касается одно из исключений, также обязаны незамедлительно поставить в известность соответствующий орган, если в течение 14 дней после въезда у них появились типичные симптомы инфицирования коронавирусом SARS-CoV-2.



# Выходные данные

## Издатель

Федеральное министерство здравоохранения  
Отдел общественной работы  
и публикаций  
11055 Берлин

## Дизайн, верстка и набор

Cosmonauts & Kings GmbH, 10559 Берлин

## Печать

Типография BMAS, 53123 Бонн

## Бумага

Circle Volume White,  
сертифицирована Blauer-Engel

## По состоянию на

июнь 2022 года, 1-е издание

## Бесплатный заказ можно сделать:

|              |  |
|--------------|--|
| По эл. почте | <a href="mailto:publikationen@bundesregierung.de">publikationen@bundesregierung.de</a> |
| По телефону  | 030 182722721  |
| По факсу     | 030 18102722721  |
| По почте:    | Publikationsversand der<br>Bundesregierung<br>Postfach 48 10 09<br>18132 Rostock       |

Этот документ издается бесплатно в рамках общественной работы Федерального министерства здравоохранения. Как партиям, так и кандидатам на выборную должность или их помощникам запрещается во время избирательной кампании использовать данный материал в целях предвыборной рекламы. Это касается выборов в Европейском союзе, парламентских выборов в Германии, выборов в парламент федеральных земель и выборов местного самоуправления.