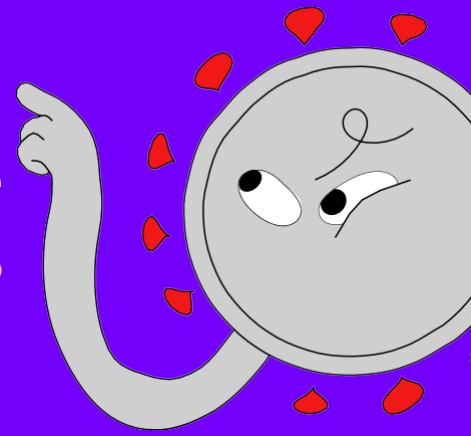


# Что нужно знать о постковидном синдроме

**Ваша роль как медицинского специалиста особенно важна: вы можете помочь пациентам понять, что постковидный синдром нельзя игнорировать.**



**Постковидный синдром — это хроническое состояние, с которым столкнулись миллионы взрослых и детей в США.**

- Только в штате Вашингтон почти **400 000 человек** сообщили о симптомах постковидного синдрома. Это составляет более 6 % взрослого населения штата.
- **20–30 %** из них отмечают, что постковидный синдром значительно **ограничил их повседневную активность**.
- Наиболее уязвимы такие группы населения:
  - женщины;
  - люди в возрасте от 35 до 49 лет;
  - люди латиноамериканского происхождения;
  - жители сельской местности.

**Постковидный синдром все еще изучается, и многое о нем пока неизвестно. Это затрудняет его диагностику и лечение.**

- Поскольку многие симптомы постковидного синдрома похожи на проявления других заболеваний и состояний, **пациентам часто ставят неправильный диагноз**.
- Многие люди с постковидным синдромом сталкивались с тем, что **наблюдаемые у них признаки и симптомы игнорировали или не воспринимали всерьез**.
- Нередко **таких людей называют ленивыми** или говорят, что их состояние имеет психосоматическую природу, хотя оно влияет на их повседневный распорядок и общий тонус.

**Хотя COVID-19 — заразное заболевание, постковидный синдром не заразен.**

- Симптомы постковидного синдрома **обычно сохраняются в течение трех месяцев или дольше** после первоначального заражения COVID-19. Они могут присутствовать постоянно либо появляться и исчезать. Иногда симптомы могут приводить к потере трудоспособности.

**Самый надежный способ предотвратить развитие постковидного синдрома — избежать заражения COVID-19.**

- **Постковидный синдром может развиться у любого человека, перенесшего COVID-19.** При каждом новом заражении COVID-19 риск последующего развития постковидного синдрома повышается.
- Прохождение **полного курса вакцинации от COVID-19** — самый надежный способ снизить риск постковидного синдрома. Также важно соблюдать безопасную дистанцию и носить маску, если рядом находится человек, больной COVID-19.

**Как можно помочь пациентам, у которых может быть постковидный синдром**

- Внимательно слушайте и задавайте уточняющие вопросы.
- Верьте пациентам и относитесь к их симптомам серьезно.
- Признавайте и подтверждайте значимость их переживаний.
- Предлагайте поддержку и ободрение, помогайте им получить нужное медицинское обслуживание.



Чтобы узнать больше о постковидном синдроме, посетите страницу [doh.wa.gov/long-covid-providers](https://doh.wa.gov/long-covid-providers).

