



Centers for Disease Control and Prevention  
CDC 24/7: Saving Lives, Protecting People™

# Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)



## Путешественники, возвращающиеся из зарубежных поездок

Updated Aug. 28, 2020

[Print](#)

## GLOBAL HEALTH ALERT: COVID-19

You may have been exposed to COVID-19 while traveling.  
Watch your health for symptoms. Even with no symptoms, you can spread the virus to others.

**PROTECT OTHERS FROM GETTING SICK:**



Keep 6 ft/2 m apart from others.



Wear a mask.



Wash your hands often.

Close contact activities put you at risk for exposure to COVID-19.  
If you think you may have been exposed while you traveled, take extra care for 14 days after travel:

- Stay home as much as possible.
- Avoid being around people, especially those at higher risk for severe illness from COVID-19.
- Consider getting tested for COVID-19.

For more information: [www.cdc.gov/COVIDtravel](http://www.cdc.gov/COVIDtravel)



Download English version 

Продолжается передача нового коронавируса в [Соединенных Штатах](#) и [местах прибытия](#) по всему миру.

Возможно, Вы подвергались воздействию COVID-19 во время своих поездок (внутри страны и/или международных). Вы можете чувствовать себя хорошо и не иметь никаких симптомов, но при этом быть заразными без симптомов и распространять вирус другим людям. Вы и Ваши попутчики (в том числе [дети](#)) представляете опасность для Вашей семьи, друзей и сообщества в течение 14 дней после заражения вирусом. Независимо от того, куда Вы ездили или что Вы делали во время поездки, предпримите следующие действия, чтобы защитить других от заболевания:

- Находясь среди других, [держитесь на расстоянии 6 футов](#) (приблизительно 2 длины руки) от других людей, которые не живут с Вами. Важно делать это везде, как в помещении, так и на улице.
- Носите [маску](#), чтобы Ваши нос и рот оставались закрытыми, когда Вы находитесь вне дома.
- [Мойте руки](#) часто или используйте антибактериальное средство для рук.
- Следите за своим здоровьем и наблюдайте за [симптомами COVID-19](#). Измеряйте температуру, если Вы плохо себя чувствуете.

Следуйте рекомендациям или требованиям [штата](#), [региональной](#), [племенной](#) и местной администрации после поездки.

**ВНИМАНИЕ: ПОСЛЕ ПЕЧАТИ СВОИХ ИМЕН НА ПОДПИСИ И**

## ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, СВЯЗАННЫЕ С ПОВЫШЕННЫМ РИСКОМ

Некоторые виды поездок и деятельности могут подвергнуть Вас повышенному риску воздействия COVID-19 (см. список ниже). Если Вы участвовали в мероприятиях с повышенным риском или считаете, что могли подвергнуться воздействию до или во время поездки, примите дополнительные меры предосторожности (в дополнение к перечисленным выше), чтобы защитить других в течение 14 дней после Вашего прибытия:

1. Оставайтесь дома как можно дольше.
2. Избегайте нахождения с людьми, которые находятся в группе [повышенного риска получить тяжелую болезнь в результате COVID-19](#).
3. Подумайте о том, чтобы пройти [тестирование](#) на COVID-19.

## Какие мероприятия считаются связанными с повышенным риском?

Вот примеры действий и ситуаций, которые могут увеличить Ваш риск заражения COVID-19:

- Нахождение в районе с высоким уровнем COVID-19, включая направления с уведомлением о состоянии здоровья путешественников 3-го уровня. Вы можете проверить [Уведомления о состоянии здоровья для путешествий](#) для того, чтобы получить рекомендации о местах Ваших поездок, включая [зарубежные страны и территории США](#). Вы также можете проверить [штаты, страны и города](#), чтобы определить, высок ли в этих регионах уровень COVID-19.
- Посещение [крупных общественных мероприятий](#), таких как свадьба, похороны или вечеринка.
- Посещение массовых собраний, таких как спортивные мероприятия, концерты или парады.
- Нахождение в местах скопления людей, например, в ресторанах, барах, аэропортах, на автобусных и железнодорожных станциях или в кинотеатрах.
- Путешествие на круизном судне или речном катере.

Если Вы знаете, что имели контакт с кем-нибудь, кто болеет COVID-19, отложите дальнейшее путешествие. Даже без симптомов Вы можете распространить COVID-19 другим людям во время Вашего путешествия.

## Что делать, если Вы заболели после поездки

Если Вы заболели и у Вас наблюдается повышение температуры, кашель или другие [симптомы COVID-19](#):

- [Оставайтесь дома и принимайте другие меры предосторожности](#). Избегайте контактов с другими людьми, пока не закончите безопасную домашнюю изоляцию.
- Не путешествуйте, когда Вы больны.
- Возможно, у Вас COVID-19. Большинство людей могут выздороветь дома без медицинской помощи.
- **Общайтесь со своим врачом**. Позвоните, прежде чем идти в кабинет к врачу или отделение неотложной помощи, и дайте им знать, что у Вас может быть COVID-19. Если у Вас запланирован прием у врача, который нельзя отложить, сначала позвоните в кабинет врача и скажите, что Вы болеете или можете болеть COVID-19. Это поможет им защититься самим и защитить других пациентов от COVID-19.
- **Если у Вас появился чрезвычайный настораживающий признак (включая проблемы с дыханием)**, немедленно обратитесь за неотложной медицинской помощью.
- **Если Вы живете в тесном контакте с другими людьми, примите дополнительные меры предосторожности, чтобы защитить их**.

**Если у Вас запланирован прием у врача, который нельзя отложить, позвоните в кабинет врача и скажите, что Вы заражены или возможно заражены COVID-19.** Это поможет защитить сотрудников офиса и других пациентов.

## Дополнительные ресурсы

[Список номеров телефонов Департамента здравоохранения](#)

[Информация о коронавирусной инфекции за 2019 год \(COVID-19\)](#)

[Часто задаваемые вопросы и ответы о COVID-19](#)

[Рекомендации по поездкам для разных стран](#)

[Рекомендации по поездкам в зависимости от места назначения](#)

[Поездки по США](#)

[Часто задаваемые вопросы и ответы для путешественников](#)

Last Updated Aug. 28, 2020

Content source: [National Center for Immunization and Respiratory Diseases \(NCIRD\), Division of Viral Diseases](#)