

English

Assessing long COVID symptoms

If your healthcare professional thinks you have long COVID, they may:

- take a medical history and ask about whether you have had, or think you have had, coronavirus (COVID-19)
- examine you to find out more about any physical or mental health symptoms you have if required

If you need it, please ask about extra support during your assessment. For example, having extra time for your appointment or having an interpreter. Your healthcare professional may ask to include your family or carers in discussions. They'll agree this with you.

РУССКИЙ / Russian

Оценка симптомов затяжного COVID

Если медицинский работник подозревает у вас затяжной COVID, возможно он:

- расспросит о ранее перенесенных заболеваниях и поинтересуется, была ли у вас подтвержденная или возможная коронавирусная инфекция (COVID-19);
- если потребуется, проведет медицинский осмотр для выявления возможных психических или физических симптомов.

Если это необходимо, попросите дополнительную помощь на время консультации. Например, вам может понадобиться больше времени на консультацию или услуги переводчика. Медицинский работник может включить в беседу членов

	<p>вашей семьи или ухаживающих лиц. Это делается с вашего согласия.</p>
<p>How your symptoms will be assessed</p> <p>Your healthcare professional will talk to you about the wide range of possible long COVID symptoms, and how they may come and go over time. They may suggest some tests - for example a blood test.</p> <p>You'll generally be able to manage most of your symptoms on your own but you may need some help from your primary care team.</p> <p>Your primary care team could include a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • GP • nurse • pharmacist • physiotherapist • occupational therapist 	<p>Как будут оценивать ваши симптомы</p> <p>Медицинский работник расскажет Вам о разнообразии возможных симптомов затяжного COVID, а также о том, как они могут появляться и исчезать со временем. Вам могут предложить диагностические процедуры, например анализ крови.</p> <p>Как правило, вы сможете справиться с большинством симптомов самостоятельно, но иногда может понадобиться помощь специалистов бригады первичной помощи (primary care team). Бригада первичной помощи состоит из:</p> <ul style="list-style-type: none"> • GP (врача общей практики); • медицинской сестры; • фармацевта;

<p>In some cases, you may be referred for more specialist advice.</p> <p>If you have a severe mental health condition or your healthcare professional is concerned that you're at risk of serious self-harm or suicide, you'll be referred urgently for assessment by a mental health professional.</p> <p>You may be referred urgently to hospital if you have any signs that could be a life-threatening condition, for example:</p> <ul style="list-style-type: none"> • a low level of oxygen in your blood • severe lung disease • chest pain 	<ul style="list-style-type: none"> • физиотерапевта; • эрготерапевта. <p>Иногда вас могут направить на консультацию к другим специалистам.</p> <p>Если вы страдаете тяжелым психическим заболеванием или, по мнению медицинского работника, находитесь в зоне риска серьезного самоповреждения или самоубийства, вас в срочном порядке направят на осмотр психиатра.</p> <p>Кроме того, вас могут экстренно направить в больницу при наличии любых признаков жизнеугрожающего состояния, например:</p> <ul style="list-style-type: none"> • низкий уровень кислорода в крови; • тяжелое заболевание легких; • боль в грудной клетке.
<p>Tests</p>	<p>Анализы</p>

Your healthcare professional may carry out some tests to investigate your signs and symptoms. This will also help them rule out other conditions. As a general rule, the healthcare professional who arranges your test will also discuss with you how you'll receive your results.

Tests may include:

- blood tests
- an exercise tolerance test suited to your ability (for example a 1-minute sit-to-stand test)
- lying and standing blood pressure and heart rate
- pulse oximetry (a sensor is attached to your finger to measure oxygen levels)
- a chest X-ray if you still have breathing difficulties (for example a cough or breathlessness)

Медицинский работник может провести некоторые виды исследований, чтобы установить причину ваших симптомов. Обследование также поможет исключить другие состояния. Как правило, медицинский работник, организующий обследование, обсудит с вами способ получения его результатов.

Вам могут назначить следующие виды исследований:

- анализы крови;
- проба с физической нагрузкой, соответствующая вашим возможностям (например, 1 minute sit-to-stand test, одноминутный тест «сесть-встать» с подъемом со стула);
- показатели артериального давления и частоты сердечных сокращений в положении лежа и стоя;
- пульсоксиметрия (процедура, во время которой измеряют уровень кислорода при помощи датчика, прикрепленного к пальцу);

If you have mental health symptoms such as anxiety or depression, you may be referred:

- for psychological therapies
- to a liaison psychiatry service if you have more complex physical and mental health needs

If your healthcare professional thinks your symptoms are not related to coronavirus and may be due to another condition, you may be offered other tests. You may also be referred to a specialist in that condition.

- рентгеновское исследование органов грудной клетки, если у вас сохраняются проблемы с дыханием (например, кашель или одышка).

Если у вас есть симптомы психического расстройства, например, тревожность или депрессия, вас могут направить:

- на психотерапию;
- на консультацию к специалисту службы консультативной психиатрии (при сочетании психических расстройств с физическими нарушениями).

Если медицинский работник считает, что ваши симптомы не связаны с коронавирусной инфекцией, а вызваны другим состоянием, вам могут предложить другие виды исследований. Вас также могут направить к соответствующему специалисту.

After your assessment

After your assessment, your healthcare professional will discuss with you and agree on what support you need and how you can get it. To work out what support you need and make a plan with you about your recovery, your healthcare professional will talk to you about:

- the overall impact of your symptoms on your life
- how your symptoms may change or come and go
- how you might need different levels of support at different times

For more information in Russian go to
www.nhsinform.scot/translations/languages/russian

После диагностики

После оценки вашего состояния медицинский работник обсудит и договорится с вами об объеме и возможности получения необходимых мероприятий по лечению, реабилитации и уходу. Для определения объема помощи и составления плана лечения и восстановления медицинский работник обсудит с вами следующие моменты:

- как симптомы влияют на вашу жизнь в целом;
- как симптомы могут появляться и исчезать или изменяться со временем;
- каким образом объем необходимой помощи может меняться со временем.

Более подробную информацию на русском языке см. на сайте
www.nhsinform.scot/translations/languages/russian

January 2022

Январь 2022 г.