



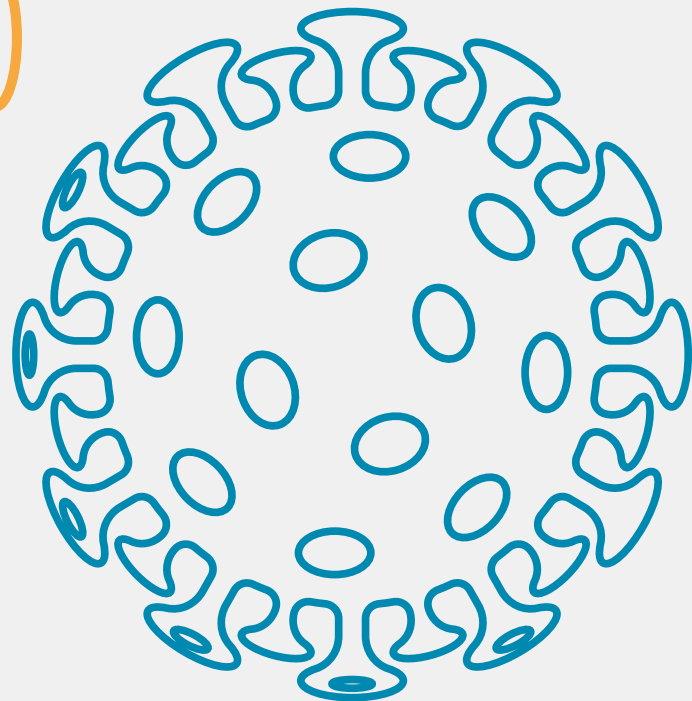
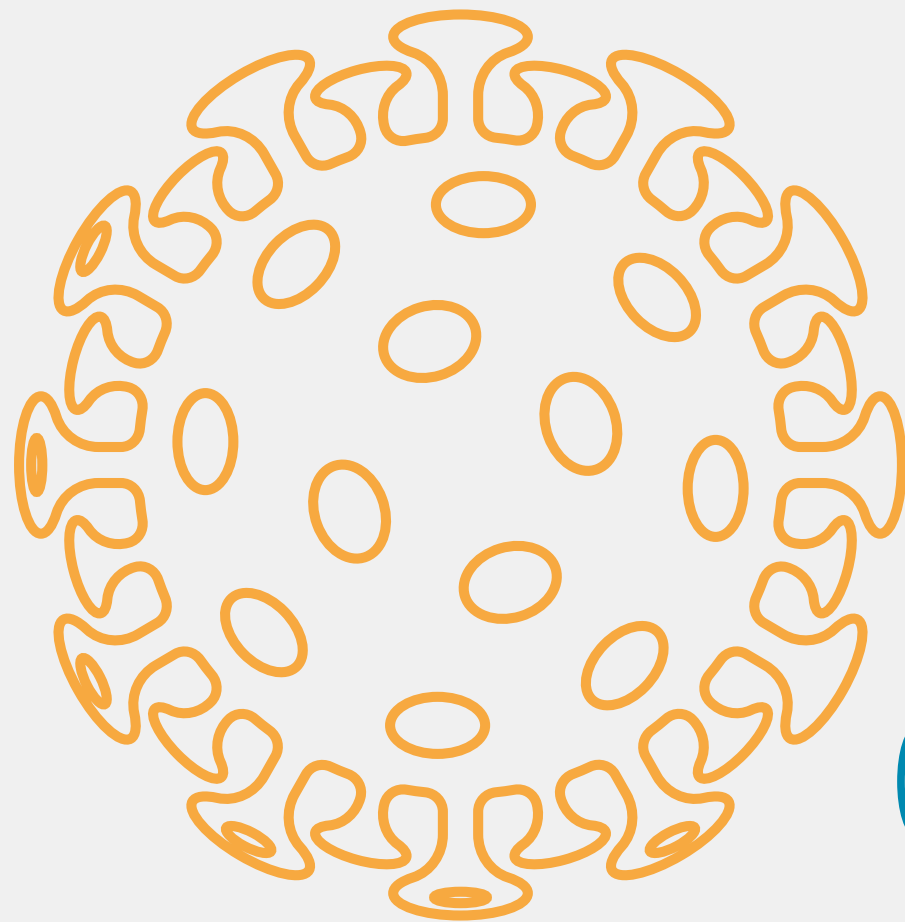
Bundesministerium  
für Gesundheit

*Ethno-  
Medizinisches  
Zentrum e.V.*



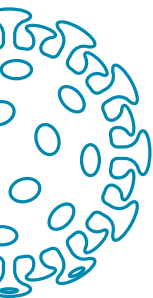
# Коронавирус SARS-CoV-2

Информация и практические советы

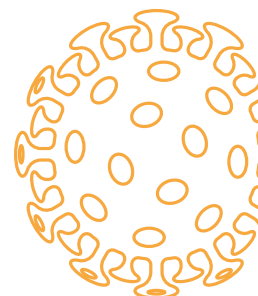


**Zusammen  
gegen Corona**

## Поведение, обеспечивающее безопасность и уважительное отношение!



- Обязательно следуйте последним имеющимся на данный момент **указаниям, требованиям и инструкциям**, которые публикуют государственные органы.
- Мы должны действовать **дисциплинированно и сообща**. Это поможет уберечь не только Ваше здоровье, но и здоровье всех тех, кто Вас окружает, Ваших ближних.
- Полагайтесь только на надежные и достоверные **источники информации**.
- В Германии надежными источниками информации, освещающими состояние дел на текущий момент, являются, кроме всех прочих, Институт им. Роберта Коха (RKI), Федеральный центр медицинского просвещения (BZgA), а также Федеральное министерство здравоохранения (BMG).
- Следите за последними сведениями, которые публикует Всемирная организация здравоохранения (WHO). ВОЗ предоставляет самую последнюю и надежную информацию на различных языках.



# Как наиболее эффективно защитить себя?

Социальное дистанцирование + меры гигиены + ношение маски в повседневной жизни: соблюдая эти основные правила поведения, Вы сможете просто и эффективно защитить себя. (Начальные буквы немецких слов образуют так называемую формулу АНА = Abstand + Hygiene + Alltag mit Maske) Формула была расширена за счет двух дополнительных правил: еще одна «А» (от слова „App“) и „L“ (от слова „Lüften“).

„А“ является первой буквой словосочетания «Corona-Warn-App», или мобильное приложение для телефона. С его помощью осуществляется быстрое и анонимное оповещение клиентов в том случае, если они находились поблизости от зараженного человека. Буква „L“ означает: следите за регулярным проветриванием внутренних помещений.

Проинформируйте об этих защитных мерах своих домашних, друзей и знакомых. Только если мы все будем проявлять бдительность, мы сможем защитить и себя, и окружающих от заражения!



**Соблюдение гигиенических мер предохранит от заражения: как нужно чихать и кашлять**

- Прикрывайте рот и нос во время чихания и кашля бумажным носовым платком. Используйте его однократно. Выбросьте использованный платок в мусорное ведро, снабженное крышкой.
- Если под рукой нет носового платка, то не нужно чихать в ладони, закрывая ими нос и рот (!) Чихать следует в сгиб локтя.



**Мытье рук**

- Регулярно мойте руки с мылом – и прежде всего по возвращении домой; после сморкания, кашля, чихания; перед тем, как приступить к приготовлению пищи; перед едой; после посещения туалета, перед и после общения с заболевшими. По возможности следует мыть руки перед тем, как надеть и после того, как была снята маска.
- Начиная мытье рук, поместите их под струю воды. Затем намойте кисти (с обеих сторон, включая пальцы, не забывая межпальцевые промежутки и запястья), распределяя мыло по всем участкам и осторожно втирая его в кожу рук. Не торопитесь – на процедуру следует затратить не менее 20 – 30 секунд. Затем руки нужно ополоснуть и тщательно высушить.



**Соблюдайте дистанцию и пользуйтесь медицинской маской, закрывающей рот и нос**

- Осведомитесь о последних предписаниях по ограничению социальных контактов, действующих соответственно в Вашей федеральной земле.
- Старайтесь избегать тесных физических контактов – приветствий в виде рукопожатия, поцелуев и объятий. Это не является проявлением невежливости – наоборот, Вы уберете как себя, так и окружающих от заражения.
- Если Вы заболели, то в целях выздоровления, а также для предотвращения дальнейшего распространения инфекции нужно оставаться дома.
- С целью предотвращения прямого переноса возбудителя инфекции старайтесь находиться на расстоянии минимум 1,5 метра от окружающих. Зараженные лица без симптомов заболевания являются потенциально заразными для других.
- В общественном транспорте и в магазине нужно пользоваться медицинскими масками (закрывающими рот и нос носителя). К ним относятся так называемые хирургические маски, а также FFP2-, KN95- и N95-маски. Реализация данного предписания находится в компетенции федеральных земель. Не исключено, что на местах наряду с данными предписаниями действуют дополнительные инструкции. Ознакомьтесь с текстом той инструкции, которая действует в Вашей местности.

# Что нужно знать о коронавирусе SARS-CoV-2

Коронавирус SARS-CoV-2 может распространяться через капельки жидкости (например, при чихании и кашле), также в виде аэрозоля. Аэрозоль – это облако из мельчайших частиц жидкости, находящихся во взвешенном состоянии. Оно выделяется главным образом при разговоре (особенно, когда человек громко говорит) или пении. Аэрозольное облако может в течение долгого времени сохраняться в воздухе и переносить вирусы. Поэтому следует регулярно проветривать внутренние помещения.

Значение имеет и контактный путь заражения, при котором вирус попадает в организм человека опосредованно, через грязные руки (если человек сначала прикасается к загрязненной поверхности и затем, не помыв рук, касается ими слизистых оболочек рта, носа, глаз. Поэтому является чрезвычайно важным соблюдение таких общих правил гигиены, как регулярное мытье рук с мылом.

Что касается симптомов и тяжести заболевания, то они могут проявляться по-разному. Наблюдается как бессимптомное течение данного инфекционного заболевания, так и тяжелые формы вирусной пневмонии.

К числу наиболее часто предъявляемых жалоб относятся следующие: кашель, насморк, лихорадка, потеря обоняния и вкусовой чувствительности. Данные симптомы не обязательно сочетаются друг с другом. Далее, могут наблюдаться такие признаки заболевания, как головная боль и боли в конечностях, разбитость, боль в горле. Больные также могут жаловаться на боли в животе, тошноту и рвоту вследствие заражения вирусом SARS-CoV-2.

Повышенному риску тяжелого течения заболевания подвержены пожилые пациенты, а также пациенты с фоновыми заболеваниями. Однако тяжелое течение заболевания наблюдается и у молодых пациентов, без каких-либо отягощающих заболеваний в анамнезе.

В настоящий момент принято считать, что между моментом заражения и появлением признаков заболевания может пройти до 14 дней. Средний промежуток времени между моментом заражения и манифестацией симптомов составляет 5-6 дней.

Важно помнить, что заразными для других могут быть те лица, у которых симптомы заболевания еще пока отсутствуют, хотя с момента заражения уже прошло несколько дней! В основном заражение происходит уже за 1 – 2 дня до того, как у зараженного проявляются симптомы болезни.

Наличие инфекции подтверждается путем прямого выявления вируса. Самым надёжным считается результат проведенного в лабораторных условиях **ПЦР-теста**, позволяющего обнаружить в организме зараженного человека генный материал вируса.

Другим примером может служить **экспресс-тест на антигены**. Этот тест проводится специально обученными медицинскими работниками. Для упрощенной оценки результатов теста лабораторные условия не обязательны.

Уже получено специальное разрешение Федерального института лекарственных средств и изделий медицинского назначения для первых домашних экспресс-тестов на антиген (селф-тестирование). Их можно приобрести в торговых точках, они предназначены для проведения неспециалистами (людьми, у которых нет профессиональных медицинских знаний), применение безопасно.

**Внимание!** Положительный результат экспресс-теста на антигены для домашнего тестирования является первым указанием на наличие инфекции; при возникшем подозрении необходимо не откладывая подтвердить результат с помощью ПЦР-теста.

Вы должны исходить из того, что при положительном результате экспресс-теста на антиген Вы чрезвычайно заразны для других. Но! Отрицательный результат экспресс-теста на антигены, опять же, не исключает у тестируемого наличия инфекции, что делает абсолютно необходимым дальнейшее соблюдение защищающих от заражения **правил формулы АНА+L+A**.

Если в Вашем окружении кто-то заболел, то это не значит, что заболевший несет вину за свое заболевание.

При определенных видах деятельности – например, в детсадах, в домах по уходу, на работе – не всегда удастся исключить любую, даже самую малейшую, возможность передачи вируса.

## Что делать, если Вы подозреваете у себя заражение коронавирусом SARS-CoV-2?

Если Вы заметили у себя симптомы заболевания или если Вы общались с человеком, у которого было подтверждено заражение коронавирусом SARS-CoV-2, то Вам необходимо оставаться дома и отказаться от любых контактов, если они не являются крайне необходимыми, особенно от контактов с людьми, входящими в группу риска.

Если у Вас появились признаки заболевания, обращайтесь по телефону в практику Вашего домашнего/лечащего врача, к дежурному врачу, на местную горячую линию по коронавирусу, в специально организованные амбулатории/пункты тестирования („Fieberambulanz“). В названных пунктах/учреждениях Вас проинформируют о дальнейших действиях.

Связаться с дежурным врачом можно по **телефону 116 117**. Дежурный врач доступен также и в ночное время, на выходных, в праздничные дни по всей Германии.

**В неотложной ситуации звоните по телефону 112.**

Сообщите врачу о наличии у Вас фоновых заболеваний (например, повышенное кровяное давление, диабет, заболевания сердечно-сосудистой системы, тяжелая депрессия, биполярное расстройство, деменция или хронические заболевания органов дыхания).

Также сообщите, если у Вас имеется заболевание иммунной системы или если Вы проходите курс лечения, которое ослабляет иммунитет.

К врачу можно идти только после того, как Вам предварительно назначили время приема. Таким образом Вы убережете от заражения других и не позволите коронавирусу распространяться дальше!

Если Вы находились в контакте с зараженными лицами, однако признаки заболевания у Вас отсутствуют – сообщите об этом в Ваш местный департамент здравоохранения (Gesundheitsamt). Это нужно сделать также и в том случае, если Вы пользуетесь мобильным приложением Corona-Warn-App и получили соответствующее оповещение, предупреждающее об опасности заражения.

Департамент здравоохранения проинформирует Вас о дальнейших действиях.

Адрес местного департамента здравоохранения можно найти, воспользовавшись ссылкой [www.rki.de/mein-gesundheitsamt](http://www.rki.de/mein-gesundheitsamt)

## Какие вакцины применяются?

На территории Германии уже разрешены к широкому применению несколько вакцин для профилактики COVID-19. Производство препаратов для вакцинации наращивается, но пока еще не достигло необходимых объемов. Поэтому ежедневно в распоряжение медиков поступает ограниченное число препаратов. Это количество распределяется для вакцинации населения на основании научных данных: В первую очередь прививают лиц, для которых особенно высока угроза развития и протекания заболевания в тяжелой/смертельной форме, а также тех, кто в результате профессиональной деятельности подвержен особенно высокому риску заразиться самому или заразить других, нуждающихся в защите лиц.

Целью является, с течением времени организовать для всего населения условия равного доступа к услугам вакцинации для профилактики коронавирусной инфекции. В Германии не существует обязанности прививаться против COVID-19.

Самые последние сведения о прививках для профилактики коронавирусной инфекции можно получить на сайте [www.corona-schutzimpfung.de](http://www.corona-schutzimpfung.de)

по общенациональным бесплатным телефонным номерам **116 117** (на немецком) или **0800 0000837** (на английском, арабском, русском и турецком языках) и с сурдопереводом на сайте [www.zusammengegencorona.de](http://www.zusammengegencorona.de).

## Какую роль играют мутации коронавируса?

В Германии тоже распространяются новые варианты коронавируса, прежде всего – впервые выявленный в Великобритании британский вариант V.1.1.7. В соответствии с имеющейся на сегодняшний день информацией, этот вариант более заразен, чем его предшественник, SARS-CoV-2.

Все до настоящего времени предпринятые защитные меры и рекомендованные правила поведения (в том числе и правила, входящие в формулу **AHA+L+A**) предохраняют также и от заражения новыми вариантами и должны поэтому целенаправленно соблюдаться и дальше.

## Насколько необходимы медицинские (хирургические) маски?

Если человек, зараженный коронавирусом SARS-CoV-2, пользуется закрывающей рот и нос медицинской маской, то она задерживает часть капелек жидкости, образующихся в момент чихания или кашля. Поэтому распространение инфекции воздушно-капельным путем снижается и происходит не так быстро, как без маски. Ношение медицинской маски особенно целесообразно в ситуациях, когда соблюдение правила социальной дистанции затруднительно/не всегда возможно.

Медицинские респираторы класса FFP2 или FFP3 („filtering face piece“) защищают носителя от заражения возбудителем заболевания. Рекомендуется пользоваться маской без клапана выдоха, в противном случае защита окружающих менее эффективна.

В соответствии с Постановлением от 19.01.2021, принятым на конференции с участием глав правительств федеральных земель, предписано ношение медицинских/хирургических масок, респираторов класса FFP2, KN95 или N95 во время пользования общественным транспортом и посещения магазинов с целью покупок. FFP2, KN95 и N95 – это применяемые в разных странах обозначения класса защиты для полумасок, предусматривающих фильтрацию воздушно-капельных частиц. Реализация данного предписания находится в компетенции федеральных земель.

В регионах с высокими показателями заболеваемости обязательно ношение маски также и на улице. Не исключено, что на местах наряду с данными предписаниями действуют дополнительные инструкции. Ознакомьтесь с текстом той инструкции, которая действует в Вашей местности.\*

**Важный момент:** маска должна плотно прилегать и хорошо закрывать нос и рот носителя, ее нужно менять, как только она отсырела. Напитав влагу, маска больше не является для вируса барьером.

В любом случае (даже если на Вас надета медицинская маска, закрывающая нос и рот) нужно придерживаться следующих правил: соблюдать дистанцию 1,5 метра до окружающих, не забывать тщательно мыть руки, а также правильно чихать и кашлять, регулярно проветривать помещения.

## Необходимость применения средств для дезинфекции рук

В большинстве случаев достаточной мерой является регулярное и тщательное мытье рук. Если нет возможности вымыть руки, то целесообразно их продезинфицировать.

## В чем разница между карантином и изоляцией и с какой целью назначают данные меры?

**Изоляция** – это введенная в официальном порядке ограничительная мера для пациентов, у которых подтверждено заражение вирусом SARS-CoV-2. В зависимости от тяжести заболевания изоляция предусматривает помещение и пребывание больного в домашних условиях или же в больнице.

**Карантин** – это ограниченное по времени отделение лиц с подозрением на заражение коронавирусом SARS-CoV-2; также отделение лиц, являющихся потенциальным источником распространения вируса. В основном это относится к тем, кто был в контакте с больными или же к тем, кто вернулся из зоны риска/страны с неблагоприятной эпидемиологической ситуацией по коронавирусу.\*\*

Целью помещения человека на режим изоляции/на карантин является недопущение распространения возбудителя заболевания путем снижения количества контактов данного лица с другими людьми.

\* Наряду с системой оповещения, мобильное приложение Warn-App NINA предоставляет также информацию о пандемии, вызванной в настоящий момент коронавирусом. Сведения можно получить не только для абонированных населенных пунктов, но и для места нахождения в настоящий момент (если эта функция активирована). Тем самым Вы можете ознакомиться с инструкциями, которые действуют в данной местности. Дополнительная информация о мобильном приложении Warn-App NINA доступна на сайте: [www.bbk.bund.de/DE/NINA/Warn-App\\_NINA\\_node.html](http://www.bbk.bund.de/DE/NINA/Warn-App_NINA_node.html)

\*\* Информацию о том, как Вы должны себя вести, въезжая на территорию Германии, можно получить на сайте:

[www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus-merkblatt-fuer-reisende](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus-merkblatt-fuer-reisende)

Начиная с 01.03.2021 немецкие операторы мобильной связи рассылают всем въезжающим на территорию Германии SMS-информацию Федерального правительства по коронавирусу.

## Как долго длится изоляция/карантин?

Решение о том, что помещенный под домашний карантин или же находившийся на изоляции человек может выходить дома, принимается сотрудниками соответствующего департамента здравоохранения после согласования с наблюдавшим его врачом.

Отмена режима изоляции для лиц, находящихся в условиях домашней изоляции по причине наличия у них заболевания COVID-19, возможна не ранее, чем через 10 дней после начала заболевания. В определенных случаях – в зависимости от тяжести симптомов – требуется выполнение дополнительных условий (например, стойкое улучшение текущей COVID-19-симптоматики).

По рекомендации Института им. Роберта Коха (RKI, Robert Koch-Institut), срок домашнего карантина составляет 14 дней. Отсчет начинается со дня контакта с зараженным лицом.

Перед тем, как по прошествии 14 дней карантин будет снят, необходимо проведение экспресс-теста на антигены или же ПЦР-теста.

## На что нужно обращать внимание во время помещения под домашний карантин?

Во время нахождения под домашним карантином Вы должны неукоснительно соблюдать указания департамента здравоохранения. Кроме того, запрещено покидать пределы жилища; другим лицам запрещено посещать Вас. Кроме того, Вы должны проводить контроль состояния здоровья.

Избегайте тесного контакта с другими лицами, проживающими в одной квартире с Вами. Используйте отдельно по времени те помещения, которые предназначены для общего пользования.

Если нет возможности организовать раздельное пребывание, и Вы вынуждены находиться в одном помещении вместе с другими, то держитесь на расстоянии не менее 1,5 метра и используйте медицинскую маску.

Даже если для Ваших домочадцев и отсутствует предписание карантинного режима, им все-таки рекомендуется по возможности добровольно соблюдать карантин.

Проинформируйте тех, с кем Вы тесно контактируете и кто не является членом Вашего домохозяйства. Эти люди также должны, насколько возможно, ограничить круг своих контактов и следить за тем, не появились ли у них симптомы заболевания.

Заручитесь поддержкой со стороны семьи, знакомых, друзей, если Вам необходимо сделать покупки. Попросите, чтобы пакеты с продуктами оставляли перед дверью в квартиру.

Уделите внимание должному (регулярному) проветриванию дома/квартиры.

Не используйте вместе с домочадцами или же другими проживающими совместно с Вами в квартире лицами посуду, столовые принадлежности и предметы гигиены. Столовые принадлежности и посуду необходимо регулярно и тщательно мыть.

## Что нужно делать, если во время пребывания на карантине/изоляции появились жалобы?

Если во время нахождения на домашнем карантине Вы почувствуете, что заболеваете, если появились кашель, нарушения дыхания, повысилась температура, то нужно незамедлительно сообщить в департамент здравоохранения.

Если Вы находитесь на изоляции дома с целью выздоровления и по поводу подтвержденного, протекающего в легкой форме инфекционного заболевания COVID-19, то при ухудшении состояния и нарастании симптоматики необходимо срочно связаться по телефону с врачом.

Если врачебная помощь необходима по поводу какого-либо другой патологии или же по поводу предшествующего заражению и не связанного с ним заболевания, то свяжитесь по телефону с практикой семейного врача/другого специалиста или обратитесь к дежурному врачу по **телефону 116 117**.

В телефонном разговоре обязательно укажите на то, что находитесь на карантине в домашних условиях.

В экстренных случаях, например, при остро возникших нарушениях дыхания, вызывайте неотложку по телефону 112.

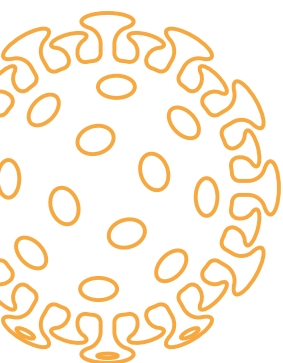
## Известны ли и каковы отдаленные последствия инфекционного заболевания COVID-19?

После перенесенной острой инфекции COVID-19 симптомы заболевания могут сохраняться или вновь появляться еще в течение нескольких недель и даже месяцев. К ним относят устойчивые органоспецифические осложнения после проведенной интенсивной терапии.

Однако отдаленные последствия перенесенной инфекции могут и не зависеть от ее тяжести и наблюдаться у пациентов, перенесших COVID-19 только в легкой форме без необходимости лечения в стационарных условиях.

Переболевшие могут наблюдать у себя следующие симптомы: общее болезненное самочувствие, вялость, нарушения способности запечатления информации, состояние постоянной усталости. Имеются и указания на появление таких нехарактерных и непривычных симптомов, как внезапная рвота и интенсивное головокружение. Многие из переболевших с трудом справляются или же вообще не справляются с повседневными делами.

Изучение точных причин развития отдаленных последствий инфекции еще продолжается. Если у Вас после перенесенной инфекции сохраняются или вновь появились жалобы, сообщите об этих симптомах Вашему семейному врачу.





# Где можно получить информацию?



**Приложение для телефона, предназначенное для борьбы с коронавирусом (Corona-Warn-App), поможет Вам быстро и анонимно определить, нет ли поблизости от Вас зараженных людей.**

Бесплатное приложение можно скачать в магазине приложений [App Store](#) (для iPhone) и в магазине приложений от компании [Google Play](#).

По месту проживания **местный департамент здравоохранения** предоставляет информацию и поддержку: номер телефона можно узнать, воспользовавшись ссылкой [www.rki.de/mein-gesundheitsamt](http://www.rki.de/mein-gesundheitsamt)

**Федеральное министерство здравоохранения (BMG)** предоставляет централизованно подготовленную информацию о коронавирусе на сайте [www.zusammengencorona.de](http://www.zusammengencorona.de) а также информирует о защитных прививках для профилактики коронавирусной инфекции на сайте [www.corona-schutzimpfung.de](http://www.corona-schutzimpfung.de)

Телефон для граждан: **030 346 465 100**

Консультационная служба для лиц с различными нарушениями слуха:

Факс: **030 340 60 66-07,**

[info.deaf@bmg.bund.de/](mailto:info.deaf@bmg.bund.de)

[info.gehoerlos@bmg.bund.de](mailto:info.gehoerlos@bmg.bund.de)

Новости на языке жестов (видеотелефон):

[www.gebaerdentelefon.de/bmg/](http://www.gebaerdentelefon.de/bmg/)

**Институт им. Роберта Коха (RKI)** публикует на своем сайте сведения о коронавирусе:

[www.rki.de](http://www.rki.de)

**Федеральный центр медицинского просвещения (BZgA)** составил список ответов на часто встречающиеся вопросы в отношении коронавируса. С ними можно ознакомиться, если воспользоваться ссылкой:

[www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)

**Институт им. Пауля Эрлиха** (Федеральный институт вакцин и биомедицинских лекарственных средств) предоставляет на своем сайте информацию о препаратах для вакцинации с целью профилактики COVID-19:

[www.pei.de/coronavirus](http://www.pei.de/coronavirus)

Текущую информацию на нескольких языках можно найти также на сайтах

[www.integrationsbeauftragte.de/corona-virus](http://www.integrationsbeauftragte.de/corona-virus)

и

[www.eu-gleichbehandlungsstelle.de/corona-virus](http://www.eu-gleichbehandlungsstelle.de/corona-virus)

**Министерство иностранных дел** предоставляет сведения о мерах безопасности для путешественников в соответствующие регионы:

[www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit](http://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit)


**Всемирная организация здравоохранения (WHO)** публикует информацию о состоянии дел в мировом масштабе:


[www.who.int](http://www.who.int)


## Impressum (Выходные данные)


### Нераусgeber (Издатель)

Федеральное министерство здравоохранения (BMG)  
Отдел по подготовке публикаций и по работе с  
общественностью  
11055 Berlin  
[www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de)

 [bmg.bund](https://www.facebook.com/bmg.bund)

 [bmg\\_bund](https://twitter.com/bmg_bund)

 [BMGesundheit](https://www.youtube.com/BMGesundheit)

 [bundesgesundheitsministerium](https://www.instagram.com/bundesgesundheitsministerium)

Этно-медицинский Центр (EMZ e.V.), 30175 Hannover

Состояние на 10.03.2021

Верстка [eindruck.net](http://eindruck.net), 30175 Hannover

Иллюстрации Scholz & Friends Berlin GmbH, 10178 Berlin,  
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 50825 Köln

### Возможность для заказа

Рассылка публикаций Федерального правительства:

Postfach 48 10 09, 18132 Rostock

Телефон обслуживания клиентов: 030 182722721

Номер факса обслуживания клиентов: 030 18102722721

Адрес эл. почты: [publikationen@bundesregierung.de](mailto:publikationen@bundesregierung.de)

Заказ по видеотелефону (для лиц с сенсорными нарушениями):  
[gebaerdentelefon@sip.bundesregierung.de](mailto:gebaerdentelefon@sip.bundesregierung.de)

Заказать в Интернете [www.bundesregierung.de/publikationen](http://www.bundesregierung.de/publikationen)

Также можно скачать и заказать другие публикации,  
выпускаемые Федеральным правительством, по ссылке:  
[www.bundesregierung.de/publikationen](http://www.bundesregierung.de/publikationen)

Bestellnummer (Номер заказа) BMG-G-11099rus

### Ссылки на Интернет-ресурсы

Ответственность за содержание размещенных на внешних  
сайтах и ресурсах материалов, на которые указывает ссылка,  
несет владелец данного сайта. Федеральное министерство  
здравоохранения настоятельно подчеркивает, что не имеет  
никакого отношения к информации, публикуемой на внешних  
сайтах.

Данное бесплатное печатное издание издается Федеральным  
министерством здравоохранения в рамках работы с  
общественностью. Кандидатам на выборную должность, а  
также агитаторам на избирательных участках запрещается  
использование данного издания в целях агитации в рамках  
предвыборной кампании. Запрет действует в отношении  
выборов в Европейский парламент, в Бундестаг, выборов в  
земельные парламенты и местные органы власти.