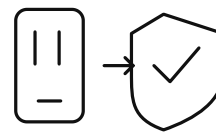


ПАМЯТКА 01



Взломали Telegram

Пауза → проверка → действие

Разделите два случая: Telegram ещё открыт на вашем устройстве или доступ уже потерян. Сохранённый сеанс может помочь вернуть контроль; не выходите из него ради проверки.

Цифровая безопасность · Иван Юрьевич · Версия 1.0 · Редакционная проверка: 2026-10-26

Версия для чёрно-белой печати

Как понять, что случилось

- Друзья получили просьбы о деньгах, которых вы не отправляли, либо в списке устройств появился незнакомый сеанс. Одна необычная геолокация ещё не доказывает взлом.
- Пришло сообщение о входе, изменились настройки защиты или перестал подходить пароль двухэтапной проверки. Зафиксируйте время и то, что действительно наблюдаете.

Что сделать сейчас

1. Если доступ есть, самостоятельно откройте настройки Telegram и список устройств. Завершите посторонние сеансы, сохранив текущий доверенный. Если действие временно запрещено, следуйте ограничению приложения.
2. Проверьте двухэтапную проверку и восстановительную почту. Задайте отдельный пароль там, где это доступно; защитите также почту. Код блокировки приложения не заменяет этот пароль.
3. Если доступа нигде нет, обратитесь к оператору для защиты и восстановления своего номера. Затем используйте вход в официальном приложении. Не запрашивайте коды через случайных посредников.

Что дальше

- Предупредите контакты другим каналом: просьбы о деньгах за указанный период могли отправлять посторонние. Попросите получателей, уже сделавших перевод, немедленно связаться со своим банком.
- Проверьте неизвестных ботов и подключения, правила приватности, почту восстановления и свой номер. Сохраните уведомления и реквизиты происшествия в закрытом месте для обращения в поддержку.

Чего не делать

- Не выходите из последнего доступного сеанса и не удаляйте аккаунт как способ лечения. Не передавайте код входа, пароль проверки или QR-вход «сотруднику поддержки».
- Не платите за обещание мгновенно вернуть аккаунт. Telegram может ограничивать действия нового сеанса и восстановление: обход этих ограничений не гарантирован.

Ваш вариант ситуации

Телефон потерян, Telegram открыт на компьютере

- Сохраните этот сеанс, настройте защиту и отключите именно потерянное устройство. Отдельно заблокируйте SIM/eSIM у оператора и защитите телефон через сервис производителя.

Доступа к номеру и сеансов нет

- Используйте официальный FAQ и поддержку. Восстановление без номера или действующего сеанса может быть невозможно; не отдавайте документы неизвестному «восстановителю».

Официальная помощь

- Telegram: защита и потерянный телефон telegram.org

Версия 1.0. Редакционная проверка 2026-10-26. Читайте эту памятку на learn.ivan-it.net/memos/telegram-account.

Связанные уроки: [Разделите три уровня защиты Telegram](#); [Telegram захвачен или телефон потерян](#); [Защита входа и сеансы](#).

Источники: [Telegram: FAQ: защита, сеансы и потерянный телефон](#) (проверка 2026-10-26); [МТС Банк: Важные правила защиты от мошенников](#) (проверка 2026-10-26).

Возможности сервисов меняются; результат восстановления и возврат денег не гарантируются. При риске денег немедленно обращайтесь в свой банк. Учебный сайт не заменяет официальную поддержку.