



Весь мир всколыхнула шокирующая новость о коронавирусе из Китая, который активно мигрирует по всему миру. Наша общая задача – существенно снизить риск заражения. •
Во-первых, не паникуйте!

• Во-вторых, ознакомьтесь с информацией и следуйте профилактическим мерам!

Симптомы заболевания новой коронавирусной инфекции (COVID-19) сходны с симптомами обычного (сезонного) гриппа: • высокая температура тела • головная боль • слабость

• кашель

• затрудненное дыхание

• боли в мышцах

• тошнота

• рвота

• диарея

7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции.

1. Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик; 2 Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.

3. Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).

4. Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.

5. Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.

6. Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.

7. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце,

зубная щетка)

5 правил при подозрении на коронавирусную инфекцию: 1. Оставайтесь дома. При ухудшении самочувствия вызовите врача, проинформируйте его о местах своего пребывания за последние 2 недели, возможных контактах. Строго следуйте рекомендациям врача.

2

Минимизируйте контакты со здоровыми людьми, особенно с пожилыми и лицами с хроническими заболеваниями. Ухаживать за больным лучше одному человеку.

3. Пользуйтесь при кашле или чихании одноразовой салфеткой или платком, прикрывая рот. При их отсутствии чихайте в локтевой сгиб.

4. Пользуйтесь индивидуальными предметами личной гигиены и одноразовой посудой.

5. Обеспечьте в помещении влажную уборку с помощью дезинфицирующих средств и частое проветривание.

- В-третьих, ограничьте выезд и вывоз детей за границу, а также не участвуйте в мероприятиях с большим скоплением людей!

Берегите себя и своих близких!



[Профилактика, диагностика и лечение новой коронавирусной инфекции COVID-19](#)