

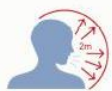
Информация здесь - <https://стопкоронавирус.рф/docs/>



ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О КОРОНАВИРУСЕ

КОРОНАВИРУС - это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами

ВИРУС ПЕРЕДАЕТСЯ



- воздушно-капельным путем;
- воздушно-пылевым;
- контактным путём

ИНКУБАЦИОННЫЙ ПЕРИОД



длится от 2 до 14 дней, чаще 2-7 суток

СИМПТОМЫ

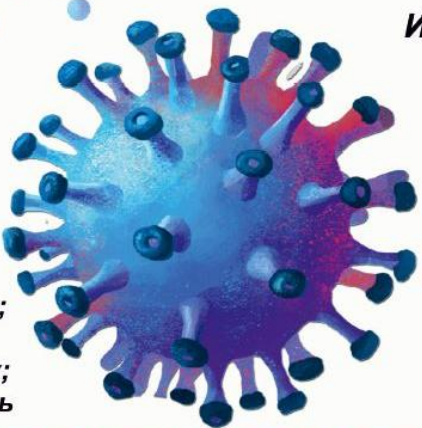
- повышение температуры, озноб;
- кашель, одышка;
- ощущение тяжести в грудной клетке;
- заложенность носа, чихание;
- головная боль, ломота в конечностях;
- повышенная утомляемость, слабость, бледность кожи

ВАЖНО

Вернувшись с территории, где зарегистрированы случаи коронавирусной инфекции, необходимо позвонить в поликлинику по месту жительства.

ПРОФИЛАКТИКА КОРОНАВИРУСА

меры предосторожности



Коронавирус. Что надо знать

Вирус передается воздушно-капельным путем

Коронавирус - возбудитель ОРВИ, при которой отмечается ярко выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами

Симптомы

Обильные выделения из носа водянистого характера

Заложенность носа

Чихание, покашливания

Озноб, чувство ломоты в конечностях



Белый налет на языке

Болезненность в горле

Слабость, бледность кожи

Умеренное повышение температуры тела

Осложнения

Менингоэнцефалит

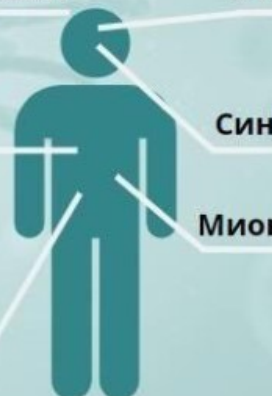
От

Пневмония

Син

У детей могут отмечаться проблемы с ЖКТ

Мио



Как снизить риск заражения



Мойте руки не менее 20 секунд



Не касайтесь глаз, носа или рта немытыми руками



Избегайте тесного контакта с людьми, которые кашляют и чихают



Используйте маску и меняйте ее каждые 2 часа

О гигиене при гриппе, коронавирусной инфекции и ОРВИ

Как не заразиться

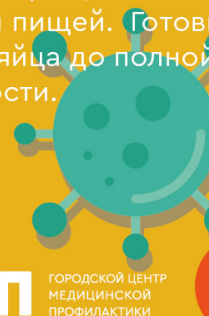
- ✓ Мыть руки после посещения любых общественных мест, транспорта, прикосновений к дверным ручкам, деньгам и пр.
- ✓ После возвращения с улицы домой – вымыть руки и лицо с мылом, промыть нос изотоническим раствором соли. Уделите особое внимание тщательному намыливанию **(не менее 20 сек)**, после осушить чистые руки.
- ✓ Прикасаться к лицу, глазам – только недавно вымытыми руками.
- ✓ Надевать одноразовую медицинскую маску в людных местах и транспорте. Менять каждые **2-3 ч**, повторно не использовать.
- ✓ Избегать близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими признаки ОРВИ.
- ✓ Чаше проветривать помещения.

Как не заразить окружающих

- ✓ Минимизировать контакты со здоровыми людьми.
- ✓ Если вы испытываете недомогание, но вынуждены общаться с другими людьми или пользоваться общественным транспортом, то нужно использовать одноразовую маску, менять ее каждый час.
- ✓ При кашле или чихании обязательно прикрывать рот, по возможности – одноразовым платком, если его нет – ладонями или локтевым сгибом.
- ✓ Пользоваться только личной или одноразовой посудой.
- ✓ Изолировать от домочадцев свои предметы личной гигиены.
- ✓ Проводить влажную уборку дома ежедневно.

Готовьте правильно

- ✓ Используйте разные разделочные доски и ножи для сырого мяса и готовой пищи.
- ✓ Мойте руки в промежутках между разделкой сырого мяса и обращением с готовой пищей. Готовьте мясо и яйца до полной готовности.



ГЦМП ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР
МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ