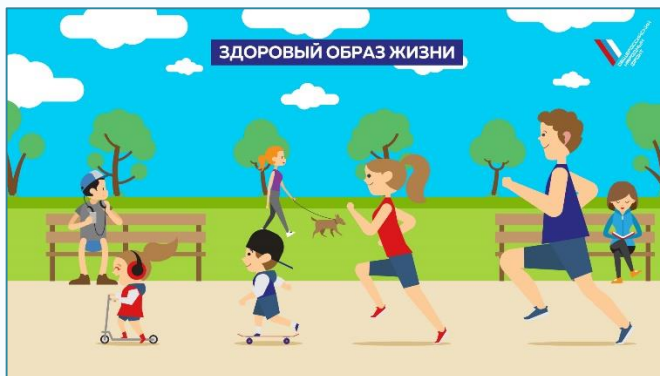


Соблюдайте «РЕСПИРАТОРНЫЙ ЭТИКЕТ» ↓

при кашле или чихании используйте носовой платок, предпочтительно одноразовый бумажный, который сразу после использования нужно выбросить в урну; простуженные лица должны чихать и кашлять в сгиб локтя, а не в ладони, так как традиционное прикрывание рта ладонью приводит к распространению инфекции через руки и предметы обихода.

Чаще проветривайте помещение;

Ведите здоровый образ жизни – это повысит естественную сопротивляемость вашего организма к инфекции.



Берегите себя и будьте здоровы!

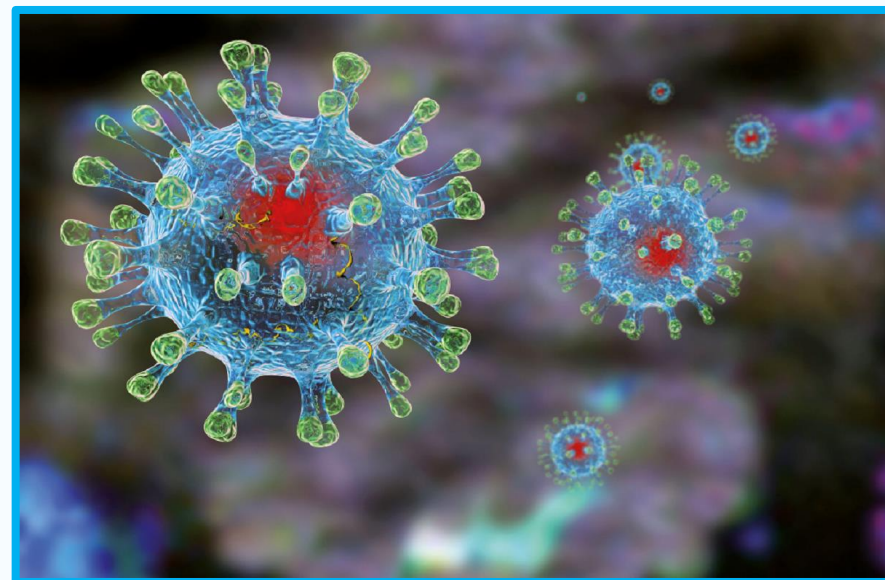


МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УЗ «Могилевский зональный центр гигиены и
эпидемиологии»



КОРОНАВИРУС

Как не заразиться?



Коронавирусная инфекция – острое инфекционное вирусное заболевание, характеризующееся воспалением дыхательных путей, интоксикацией.

Как передаётся коронавирус?

Коронавирус передается воздушно-капельным путём (при кашле и чихании), контактным путём (через предметы обихода: поручни в транспорте, дверные ручки, деньги и др.).

Каковы симптомы заболевания?



Первые признаки заболевания коронавирусной инфекцией похожи на обычную простуду: сухой кашель, слабость, повышение температуры. Иногда отмечаются поражение глаз (конъюнктивит) и диарея.

Если заболевание протекает в легкой форме, то симптомы слабо выражены, температура повышается незначительно или остается в пределах нормы. При тяжёлых формах заболевания состояние пациента быстро ухудшается, поднимается высокая температура, появляется сухой упорный кашель, развивается дыхательная недостаточность. Состояние может значительно ухудшиться, если есть сопутствующие заболевания. При появлении малейших симптомов заболевания рекомендуется находиться дома и вызвать врача.

Существует ли вакцина?

На сегодняшний день специфических средств профилактики коронавируса нет, однако в ряде стран уже начаты разработки **вакцины**. Поэтому меры профилактики – это пока единственное, что можно предпринять для предотвращения заболевания.



Как защитить себя от заражения?

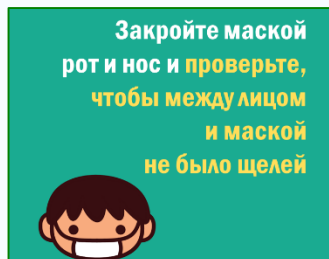


Воздержитесь посещения мест массового скопления людей, избегайте ненужных поездок в общественном транспорте;

Ограничьте контакты на близком расстоянии (ближе 1,5 метра), откажитесь от приветственных тесных объятий и рукопожатий;



Избегайте контактов с людьми, у которых уже есть симптомы респираторной инфекции (кашель, чихание, насморк, болезненный вид); при необходимости ухода за больным с респираторной инфекцией используйте средства индивидуальной защиты (медицинские маски);



Регулярно мойте руки водой с использованием мыла, в том числе после посещения улицы, магазина, туалета, перед едой (не менее 20 секунд), пользуйтесь предметами индивидуальной гигиены;



Используйте антисептические средства на спиртовой основе если мыло и вода недоступны;

Не трогайте глаза, рот и нос немытыми руками

