

СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ (COVID-19) СХОДНЫ С СИМПТОМАМИ ОБЫЧНОГО (СЕЗОННОГО) ГРИППА:

1.ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА	5.КАШЕЛЬ
2.ГОЛОВНАЯ	6.ЗАТРУДНЕННОЕ ДЫХАНИЕ
3.СЛАБОСТЬ	7.ТОШНОТА
4.БОЛИ В МЫШЦАХ	8.РВОТА
	9.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 ЧАС.
- 3.ИЗБЕГАЙТЕ БЛИЗКИХ КОНТАКТОВ И ПРЕБЫВАНИЯ В ОДНОМ ПОМЕЩЕНИИ С ЛЮДЬМИ, ИМЕЮЩИМИ ВИДИМЫЕ ПРИЗНАКИ ОРВИ (КАШЕЛЬ, ЧИХАНИЕ, ВЫДЕЛЕНИЕ 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 ОДЕЖДЫ.
3. ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ИНДИВИДУАЛЬНЫМИ ПРЕДМЕТАМИ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ И ОДНОРАЗОВОЙ ПОСУДОЙ.
4. ОБЕСПЕЧЬТЕ В ПОМЕЩЕНИИ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ С ПОМОЩЬЮ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИХ СРЕДСТВ И ЧАСТОЕ ПРОВЕТРИВАНИЕ.