

Как передаётся коронавирус?

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, он **МОЖЕТ** распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз.

Изначально, вспышка произошла от животных, предположительно, источником стал

рынок морепродуктов в Ухани, где шла активная торговля не только рыбой, но и такими животными, как сурки, змеи и летучие мыши.

Методика мытья рук:



УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ, УБЕДИТЕЛЬНАЯ ПРОСЬБА!

Контролировать состояние здоровья детей, при симптомах заболевания оставлять дома и обращаться в медицинскую организацию.

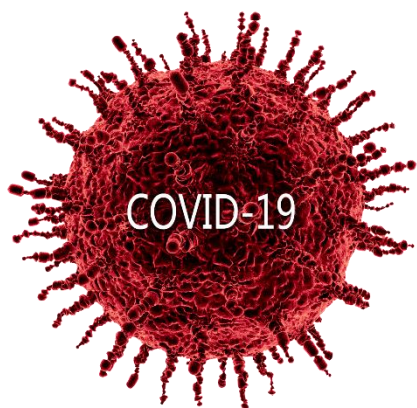
Берегите себя и своих близких!

«Коронавирус COVID–19»



Что такое коронавирусы?

Коронавирусы — это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные коронавирусами, протекают в лёгкой форме, не вызывая тяжёлой симптоматики. Однако, бывают и тяжёлые формы, такие как ближневосточный респираторный синдром (Mers) и тяжёлый острый респираторный синдром (Sars).



Как защитить себя от заражения коронавирусом?

- 1) Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, — это поддерживать чистоту рук и поверхностей.
- 2) Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.
- 3) Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, аэропортах и других системах общественного транспорта.
- 4) Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.
- 5) Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.
- 6) Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку.

Что можно сделать дома?

- 1) Расскажите детям о профилактике коронавируса.
- 2) Объясните детям, как распространяются микробы, и почему важна хорошая гигиена рук и лица.
- 3) Убедитесь, что у каждого в семье есть своё полотенце, напомните, что нельзя делиться зубными щётками и другими предметами личной гигиены.
- 4) Часто проветривайте помещение.
- 5) Чаше мойте руки !



Симптомы заболевания

Симптомы заболевания новой коронавирусной инфекции (COVID-19) сходны с симптомами обычного (сезонного) гриппа:

- высокая температура тела

- головная боль

- затрудненное дыхание

- кашель

- боли в мышцах

- слабость

- тошнота

- рвота

- диарея



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.



Вакцинация

Введение в организм вакцины не может вызвать заболевание, но путем выработки защитных антител стимулирует иммунную систему для борьбы с инфекцией. Противогриппозные вакцины безопасны и обладают высокой эффективностью с точки зрения профилактики гриппа и развития осложнений.





ЗАЩИТИ СЕБЯ ОТ ВИРУСА!

Симптомы



температура,
головная боль



насморк



кашель



боль в груди

Профилактика



часто мойте
руки с мылом



при кашле или
чихании закройте
рот салфеткой



наденьте маску,
если у вас кашель
или насморк



если почувствуете
недомогание –
обратитесь к врачу



тщательно готовьте
мясо и яйца



избегайте людных
мест и массовых
мероприятий



не трогайте
лицо, рот, глаза
немытыми руками



избегайте контактов
с больными людьми