

Информация о новой коронавирусной инфекции

| <u>Как передается вирус?</u> | <u>Что нужно делать, чтобы не заразиться?</u> | <u>Что нужно делать, чтобы не заразить окружающих?</u> |
|--|--|--|
| <p>Пути передачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воздушно-капельный (при кашле, чихании, разговоре), - воздушно-пылевой (с пылевыми частицами в воздухе), - контактный (через рукопожатия, предметы обихода) <p>Факторы передачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • воздух (основной), • пищевые продукты и предметы обихода, контаминированные вирусом. | <ul style="list-style-type: none"> - Избегайте поездок в страны, где регистрируются случаи новой коронавирусной инфекции. - Избегайте контактов с людьми, имеющими признаки простуды и ОРВИ (выделения из носа, кашель, чихание и др.). - Избегайте мест массового скопления людей. - Как можно чаще мойте руки с мылом. При отсутствии доступа к воде и мылу используйте одноразовые спиртовые салфетки или увлажняющие гигиенические салфетки. - Прикасайтесь к лицу и глазам только недавно вымытыми руками или одноразовой салфеткой. - По возможности – не прикасайтесь к ручкам, перилам, другим предметам и поверхностям в общественных местах и ограничьте приветственные рукопожатия, поцелуи и объятия. - Надевайте одноразовую медицинскую маску в людных местах и транспорте. - Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь. - Регулярно делайте влажную уборку в помещении, в котором находитесь. - Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансированно питайтесь и регулярно занимайтесь физическими упражнениями. | <ul style="list-style-type: none"> - При появлении признаков ОРВИ оставайтесь дома и вызовите врача. Минимизируйте контакты с другими людьми. - Используйте одноразовую медицинскую маску. Если нет маски, при кашле и чихании прикрывайте рот одноразовым платком или салфеткой. При невозможности – прикрывайте рот областью локтевого сгиба. - Не прикрывайте рот кистями рук при кашле и чихании, так как это способствует распространению вируса. При невозможности – немедленно вымойте руки с мылом или тщательно протрите их одноразовыми спиртовыми салфетками или увлажняющими гигиеническими салфетками. - Использованные платки и салфетки выбрасывайте в мусорные баки. |