

# Профилактика коронавирусной инфекции

**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
- Отит
- Пневмония
- Синусит
- Миокардит
- У детей могут отмечаться проблемы с ЖКТ

**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, меняйте ее каждые 2 часа

В чем разница между коронавирусом и обычным гриппом? Если мы говорим о группах риска и симптомах, то они при обоих заболеваниях одинаковы. Однако, существует и ряд важных отличий: новый коронавирус немного более заразен, чем обычный грипп. Против него в настоящее время не существует вакцины. Для каких людей наиболее опасно заражение коронавирусом? Как и грипп, новый коронавирус опасен для пожилых людей и людей с сопутствующими заболеваниями (болезни почек, печени, сердца, хронические легочные заболевания и пр.). Для беременных женщин, детей и младенцев риск незначительный. Что можно сделать, чтобы защитить себя от коронавируса? Теперь, когда новый коронавирус выявлен и в нашей стране, возникает вопрос: что мы можем сделать, чтобы защитить себя? Какие меры действительно эффективны? Регулярно мойте руки с мылом. Мы знаем, что мытье рук очень хорошо работает против вирусов, это действительно помогает, если вы моете руки несколько раз в день. Также следует как можно меньше касаться своего лица, глаз и рта. Ношение маски здоровым людям не требуется. В некоторых ситуациях может быть полезно носить маску, например, людям, которые болеют ОРВИ, чтобы не передать инфекцию другим людям. Также люди, ухаживающие за больными с ОРВИ или

гриппом, могут носить маску, чтобы не заболеть самим. В остальных случаях носить маску не нужно и бессмысленно. Старайтесь избегать скоплений людей. При эпидемиях всегда следует избегать скоплений людей, поскольку вирусы очень хорошо передаются в местах, где людей много. Старайтесь соблюдать дистанцию с людьми. Держаться на расстоянии от людей во время эпидемии – очень хорошая идея. Оптимальное расстояние между людьми во время эпидемий должно быть не менее 2 м. Также лучше исключить рукопожатия.

**Е** ТЕЛЕКАНАЛ ЕНИСЕЙ

# КОРОНАВИРУС

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

## СИМПТОМЫ

Повышенная утомляемость

Заложенность носа

Чихание

Ощущение тяжести в грудной клетке

Кашель

Боль в горле

Повышение температуры

Боль в мышцах

Бледность

## КАК НЕ ДОПУСТИТЬ ЗАРАЖЕНИЯ

- Использовать медицинские маски
- Чаще мыть руки
- Не выезжать в очаг заболевания
- Избегать посещения массовых мероприятий
- Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы болезни