



КОРОНАВИРУС. ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ

COVID -19 (**CO**rona**VI**rus **D**isease - 20**19** - потенциально тяжелая острая респираторная вирусная инфекция

ПУТИ ПЕРЕДАЧИ:

Воздушно-капельный и воздушно-пылевой (при кашле, чихании, разговоре)

Контактный (через поверхности, где находится вирус, через объятия, рукопожатия)

ИНКУБАЦИОННЫЙ ПЕРИОД:



от 2 до 14 суток

СИМПТОМЫ:

>90% повышение температуры тела

80% кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты)

55% одышка (наиболее тяжелая - к 6-8 дню от момента заражения)

44% боль в мышцах и утомляемость

>20% ощущение заложенности в грудной клетке

МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ:

мойте руки не менее 20 секунд, обрабатывайте их антисептиком

не касайтесь глаз, носа, рта немытыми руками

старайтесь оставаться дома и не посещайте общественные места, привлекайте социальных работников к оказанию услуг

регулярно проветривайте помещение и проводите влажную уборку

старайтесь не обращаться в поликлинику, вызывайте врача на дом

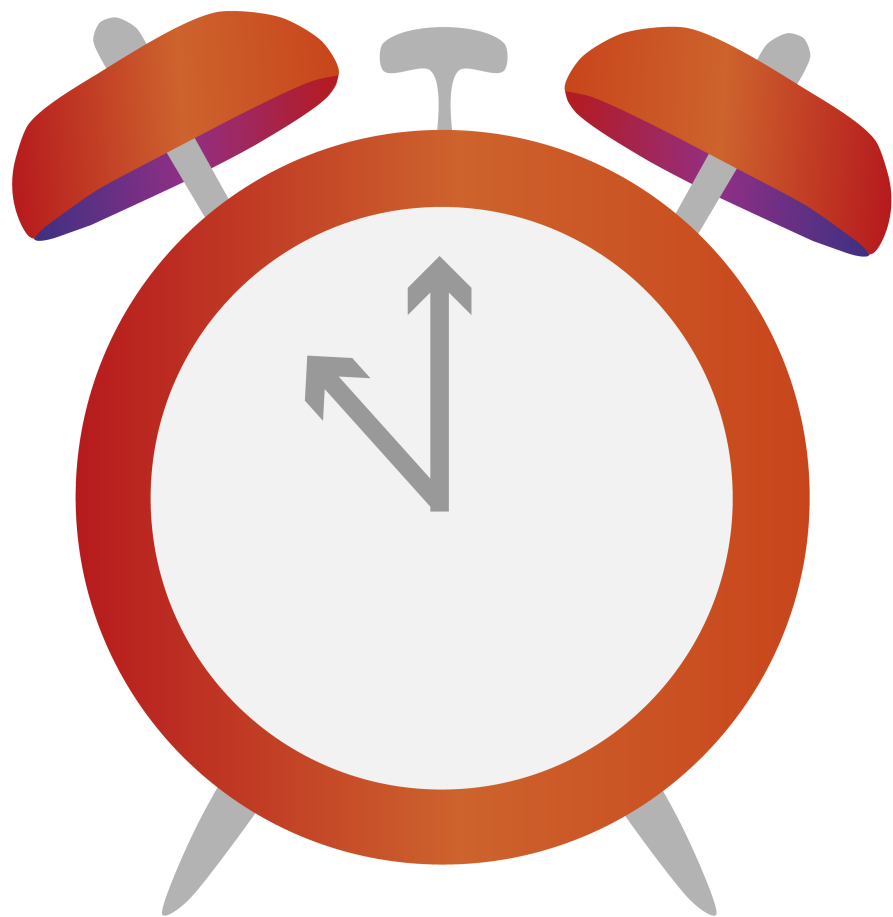
**Круглосуточный телефон горячей линии Роспотребнадзора по коронавирусу
8-800-555-49-43 (бесплатно)**

Телефоны круглосуточной горячей линии комитета здравоохранения Волгоградской области по вопросам коронавируса 24-88-00, 36-24-34



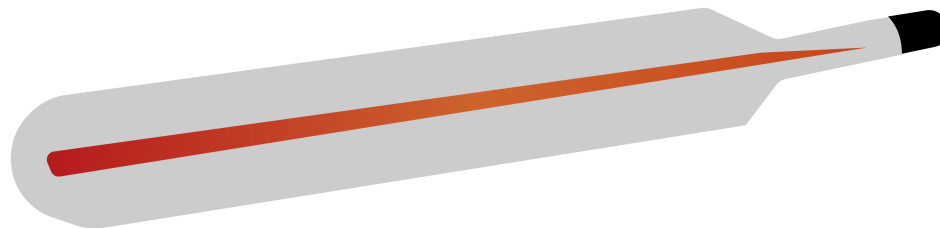
ГРИПП?
КОРОНАВИРУС?
ОРВИ?

#ПРИКРЫВАЙ
СВОЙ РОТ
И НОС



ГРИПП?
КОРОНАВИРУС?
ОРВИ?

#ЗАБОЛЕЛ?
ОСТАНЬСЯ ДОМА!
#ВЫЗОВИ ВРАЧА



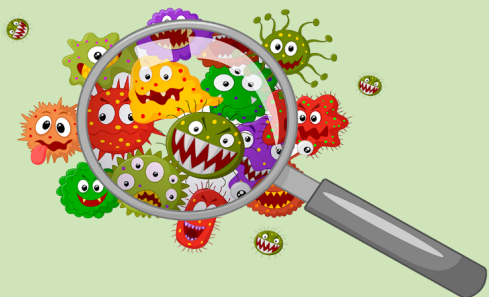


ГРИПП?
КОРОНАВИРУС?
ОРВИ?

#НАДЕНЬ
МАСКУ!

ЗАЩИТИСЬ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ

ВИРУСЫ ЕСТЬ ВЕЗДЕ



- ВИРУСЫ ОЧЕНЬ МАЛЫ, МЫ НЕ СМОЖЕМ ИХ УВИДЕТЬ БЕЗ МИКРОСКОПА
- КОГДА ЗАБОЛЕВШИЙ ЧЕЛОВЕК КАШЛЯЕТ, ЧИХАЕТ, РАЗГОВАРИВАЕТ, ВИРУСЫ РАЗНОСЯТСЯ ВОКРУГ С КАПЕЛЬКАМИ СЛЮНЫ
- ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК ВДЫХАЕТ ЭТИ ВИРУСЫ И ЗАРАЖАЕТСЯ

КАК ЕЩЁ МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ

- ПРИКОСНУВШИСЬ К ЛЮБОЙ ТВЕРДОЙ ПОВЕРХНОСТИ ИЛИ ПРЕДМЕТУ, ЕСЛИ ТАМ ЕСТЬ ВИРУСЫ (СТОЛ, ДВЕРНАЯ РУЧКА, ТЕЛЕФОН, ИГРУШКА, ПЕРИЛА)



- ПРИКАСАЯСЬ НЕМЫТЫМИ РУКАМИ К НОСУ, РТУ, ГЛАЗАМ
- ПРИ РУКОПОЖАТИЯХ, ПОЦЕЛУЯХ И ОБЪЯТИЯХ

В ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЕ ВИРУСЫ ОСТАЮТСЯ ЖИВЫМИ ДОЛЬШЕ ДВУХ ЧАСОВ!

СИМПТОМЫ:

- ✓ ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА
- ✓ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, УСТАЛОСТЬ
- ✓ КАШЕЛЬ, ЧИХАНИЕ



- ✓ ЗАЛОЖЕННОСТЬ НОСА ИЛИ НАСМОРК
- ✓ ПЕРШЕНИЕ И БОЛЬ В ГОРЛЕ
- ✓ ПОКРАСНЕНИЕ ГЛАЗ

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ?

СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ

- ✓ ТЩАТЕЛЬНО МОЙ РУКИ ВЕРНУВШИСЬ ДОМОЙ, ПЕРЕД ЕДОЙ, ПОСЛЕ ТУАЛЕТА
- ✓ МОЙ РУКИ ПОСЛЕ КАШЛЯ, ЧИХАНЬЯ, СМОРКАНИЯ
- ✓ ЕСЛИ НЕТ ВОЗМОЖНОСТИ ВЫМЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ, ИСПОЛЬЗУЙ АНТИСЕПТИЧЕСКИЙ ГЕЛЬ
- ✓ НЕ ТРОГАЙ ГЛАЗА, НОС, РОТ ГРЯЗНЫМИ РУКАМИ
- ✓ ЗАНИМАЙСЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ, ВЫСЫПАЙСЯ
- ✓ В КОМНАТЕ ВСЕГДА ДОЛЖЕН БЫТЬ СВЕЖИЙ ВОЗДУХ - ПРОВЕТРИВАЙ!
- ✓ НАДЕВАЙ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ В ЛЮДНЫХ МЕСТАХ И В ТРАНСПОРТЕ
- ✓ ИЗБЕГАЙ КОНТАКТОВ С ЗАБОЛЕВШИМИ



КАШЕЛЬ? НАСМОРК? ТЕМПЕРАТУРА?

- ✓ ОСТАВАЙСЯ ДОМА
(ЧТОБЫ БЫСТРЕЕ ПОПРАВИТЬСЯ И НИКОГО НЕ ЗАРАЗИТЬ)

НАДЕНЬТЕ МАСКУ- ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ КОРОНАВИРУСА 2019-nCoV!



КОГДА

- При контактах с людьми, имеющими симптомы ОРВИ (лихорадка, насморк, кашель, чихание, заложенность носа)
- Находясь в людных местах или транспорте
- При контактах с людьми, если у вас есть симптомы ОРВИ

Правильно надетая маска плотно прилегает к лицу, закрывает рот, нос и подбородок
Вшитое крепление маски плотно прижато к спинке носа
Складки маски расправлены

ВАЖНО

- Меняйте маску на новую каждые 2-3 часа или чаще
- Выбрасывайте маску в урну сразу после использования
- После прикосновения к использованной маске тщательно вымойте руки с мылом
- Не носите маску на безлюдных открытых пространствах. Это нецелесообразно

НЕЛЬЗЯ

- Повторно использовать маску



ТОЛЬКО В СОЧЕТАНИИ С ТЩАТЕЛЬНОЙ
ГИГИЕНОЙ РУК И КАРАНТИННЫМИ
МЕРАМИ
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ БУДЕТ
МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО
ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ
И РАСПРОСТРАНЕНИЯ
КОРОНАВИРУСА 2019 - nCoV





COVID-19



ЧТО НАДО ЗНАТЬ О САМОИЗОЛЯЦИИ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

ПОКИДАТЬ КВАРТИРУ РАЗРЕШАЕТСЯ ТОЛЬКО В СЛУЧАЯХ:



ОБРАЩЕНИЯ ЗА ЭКСТРЕННОЙ (НЕОТЛОЖНОЙ) МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ И ИНОЙ ПРЯМОЙ УГРОЗЫ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЮ;



ПОЕЗДОК НА РАБОТУ, В СЛУЧАЕ, ЕСЛИ ВЫ ОБЯЗАНЫ ХОДИТЬ НА РАБОТУ;



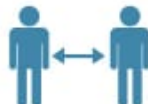
СОВЕРШЕНИЯ ПОКУПОК В БЛИЖАЙШЕМ РАБОТАЮЩЕМ МАГАЗИНЕ ИЛИ АПТЕКЕ;



ВЫГУЛА ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ НА РАССТОЯНИИ, НЕ ПРЕВЫШАЮЩЕМ **100** МЕТРОВ ОТ МЕСТА ПРОЖИВАНИЯ (ПРЕБЫВАНИЯ);



НЕОБХОДИМОСТИ ВЫНЕСТИ БЫТОВОЙ МУСОР;



НАХОДЯСЬ ВНЕ ДОМА (НА УЛИЦАХ, В МАГАЗИНАХ, НА ТРАНСПОРТЕ, В ДРУГИХ ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ) ГРАЖДАНЕ ОБЯЗАНЫ СОБЛЮДАТЬ СОЦИАЛЬНОЕ ДИСТАНЦИРОВАНИЕ ОТ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ НЕ МЕНЕЕ **1,5** МЕТРОВ (СОЦИАЛЬНАЯ ДИСТАНЦИЯ).

ИСКЛЮЧЕНИЕ— только поездки на такси.

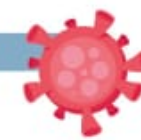


МАГАЗИНЫ, АПТЕКИ, ДРУГИЕ ОРГАНИЗАЦИИ, В КОТОРЫХ НАХОДЯТСЯ ИЛИ РАБОТАЮТ ЛЮДИ, ОБЯЗАНЫ ОБЕСПЕЧИТЬ СОБЛЮДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ ДИСТАНЦИИ.



РОДИТЕЛЯМ ВАЖНО СЛЕДИТЬ ЗА ДЕТЬМИ И НЕ ДОПУСКАТЬ, ЧТОБЫ ОНИ ПРОВОДИЛИ ВРЕМЯ НА УЛИЦЕ.

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ САМОИЗОЛЯЦИИ НОСИТ ВРЕМЕННЫЙ ХАРАКТЕР. **НО ЕГО НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ.**



COVID-19



ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА РАДИ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ И ЗДОРОВЬЯ ВАШИХ БЛИЗКИХ!

**ЕСЛИ ВЫ ЗАМЕТИЛИ У СЕБЯ ПЕРВЫЕ СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ,
СХОЖЕГО С ОРВИ**



**1 СРАЗУ ЖЕ СООБЩИТЕ ОБ
ЭТОМ В ПОЛИКЛИНИКУ**

**2 ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА
И ЖДИТЕ ВРАЧА**

**ПОЛЕЗНЫЕ
ТЕЛЕФОНЫ**

Колл-центр по вопросам
коронавирусной инфекции

8-800-200-86-76

Региональный колл-центр
Волгоградской области

(8442) 24-88-00