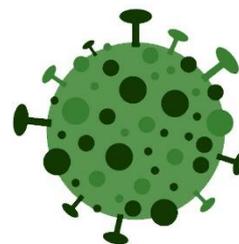


ПРОФИЛАКТИКА КОРОНАВИРУСА



[Письмо Роспотребнадзора от 10.03.2020 № 02/3853-2020-27](#)

[«О мерах по профилактике новой коронавирусной инфекции \(COVID-19\)»](#)

ЧТО НАДО ЗНАТЬ О КОРОНАВИРУСЕ



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

Вирус передается



Воздушно-капельным путем при чихании и кашле



Контактным путем

Симптомы



Как не допустить



Не выезжать в очаг заболевания (Китай, г. Ухань)



Избегать посещения массовых мероприятий

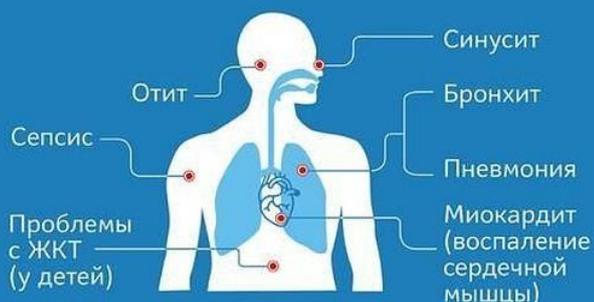


Чаще мыть руки



Использовать медицинские маски

Осложнения



Что делать, если...



Обратиться к врачу



Не заниматься самолечением



Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания

Профилактика коронавирусной инфекции

-  Тщательно мойте руки с мылом после посещения улицы и перед каждым приемом пищи
-  Не касайтесь грязными руками глаз, рта и слизистых
-  Используйте медицинские маски (менять каждые 2 часа)
-  Избегайте близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания
-  Избегайте посещения мест массового скопления людей
-  Уточняйте эпидемиологическую обстановку при планировании путешествия

При проявлении первых признаков ОРВИ не допускайте самолечение! Сразу обратитесь за медицинской помощью в лечебные учреждения.



Статистику заражения коронавирусом в Вашем регионе или стране, где Вы планируете отдых, можно проследить на онлайн-карте распространения коронавируса



Материалы составлены на основании временных методических рекомендаций «Профилактика, диагностика и лечение новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV)» Минздрава России (от 03.02.2020)

 волонтеры-медики.рф

КОРОНАВИРУС что важно знать о заболевании



КОРОНАВИРУС

– это возбудитель острой респираторной вирусной инфекции (ОРВИ), при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.

2–14

суток
Инкубационный период

2 часа 3 дня

Устойчивость вируса во внешней среде

Чем опасен коронавирус?

- быстро прогрессирующие заболевания нижних дыхательных путей
- сепсис и септический шок
- пневмония
- острая дыхательная недостаточность
- острый респираторный дистресс-синдром

Симптомы коронавируса



При любом из вышеперечисленных симптомов, незамедлительно обратитесь к врачу!

Как передаётся вирус?

-  Воздушно-капельным путем (при кашле, чихании, разговоре)
-  Воздушно-пылевым путем (через воздух, содержащий зараженные возбудителем частички жидкости/пыли)
-  Контактным путем (продукты питания, предметы обихода)

Тяжелое течение заболевания, а также летальные исходы наблюдались у пациентов, исходно имеющих хронические болезни на фоне сахарного диабета, гипертензии, атеросклероза и пр.

41 год Средний возраст заболевших

Осложнения





КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ

Если ее носить неправильно, риск подхватить инфекцию возрастает



1

Закрепите маску так,
чтобы она плотно закрывала рот,
нос и подбородок



2

Использованную
маску необходимо сразу
выбросить в мусорное ведро



3

Не стоит носить маску
на свежем воздухе



4

После ухода за больным маску
нужно снять и сразу выбросить,
не надевайте
ее повторно



5

Снимать маску
нужно за ушные петельки.
Если затронули поверхность,
то тщательно помойте руки с мылом



6

Если маска стала сырой,
то ее нужно немедленно сменить
на новую и сухую



7

Меняйте маску каждые
2–4 часа



8

Надевать маску нужно
цветной
стороной наружу



9

Не кладите
использованную маску
в карман или сумку

ГДЕ НУЖНО НАДЕВАТЬ МАСКУ



При общении с людьми,
у которых кашель,
чихание или насморк



В местах массового скопления людей
(в помещении или общественном
транспорте)



При уходе
за больным

Важно!
Медицинская
маска не может обе-
спечить полной защиты
от заболевания. Чтобы
не заразиться, нужно
соблюдать и другие
профилактические
меры.

ВАШ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПЛАН ПРОФИЛАКТИКИ:



НОСИТЕ МАСКУ



МОЙТЕ РУКИ



ПРАВИЛЬНО ПИТАЙТЕСЬ



**ЗАНИМАЙТЕСЬ
ФИЗКУЛЬТУРОЙ**



ХОРОШО ВЫСЫПАЙТЕСЬ



**ПОЛЬЗУЙТЕСЬ
АНТИСЕПТИКОМ**



**ПРИКРЫВАЙТЕ РОТ ПРИ
КАШЛЕ, ЧИХАНИИ**



**РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ
ВЛАЖНУЮ УБОРКУ**



**ПРИВИВАЙТЕСЬ
ОТ ГРИППА**