

# 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

## Как не допустить



Не выезжать в эпидемиологически неблагоприятные страны



Избегать посещения массовых мероприятий



Чаще мыть руки



Использовать медицинские маски

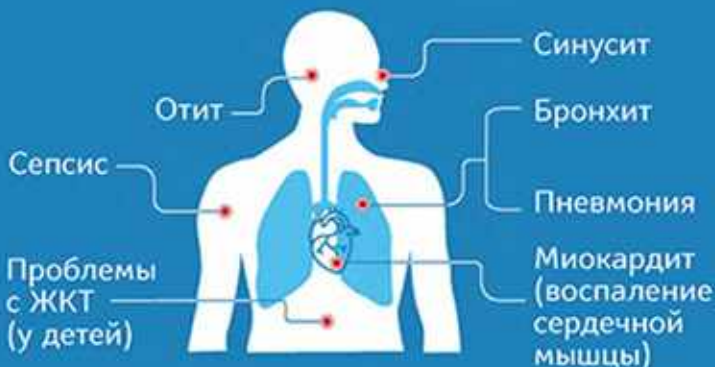


Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания

## Симптомы



## Осложнения



## Что делать, если...



Обратиться к врачу



Не заниматься самолечением

# Профилактика COVID-19 в организациях



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

## Рекомендации для организаций:



### РАЗРАБОТАТЬ ГРАФИК ВЫХОДА

персонала на рабочее место малыми группами в целях исключения скопления людей в местах входа



### НЕ ДОПУСКАТЬ К РАБОТЕ

персонал с признаками респираторного заболевания (входная термометрия)



### ДЕЗИНФЕКЦИЯ ВОЗДУХА

(рециркуляторы воздуха, УФ-облучатели бактерицидные), регулярное проветривание помещений



### РЕГУЛЯРНАЯ ОБРАБОТКА

поверхностей антисептиком



### СОБЛЮДЕНИЕ МЕР ГИГИЕНЫ:

частое мытье рук мылом или протирка их индивидуальным кожным антисептиком



### ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ЗАРУБЕЖНЫХ КОМАНДИРОВОК

исключить или уменьшить поездки своих сотрудников в другие страны



# Рекомендации по профилактике новой коронавирусной инфекции для тех, кому 60 и более лет



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Новая коронавирусная инфекция передается от больного человека к здоровому человеку через близкие контакты. Когда человек чихает или кашляет рядом с вами. Когда капельки слизи изо рта и носа больного попадают на поверхности, к которым вы прикасаетесь.

Люди «серебряного возраста» старше 60 лет в группе особого риска. Именно у пожилых из-за нагрузки на иммунную систему возможны осложнения, в том числе такие опасные как вирусная пневмония. Эти осложнения могут привести к самым печальным исходам. Важно сохранить ваше здоровье!



**Постарайтесь реже посещать общественные места.** По возможности реже пользуйтесь общественным транспортом, особенно в часы пик. Сократите посещение магазинов и торговых центров, МФЦ, банков.



**Запаситесь одноразовыми бумажными платочками.** При кашле и чихании прикрывайте ими рот и нос и выбрасывайте салфетку сразу после использования.



**Попросите своих близких или сотрудников социальной службы** помочь с оплатой коммунальных услуг, приобретением продуктов или необходимых товаров дистанционно.



**Пользуйтесь влажными салфетками для дезинфекции.** Протирайте ими сумки, телефоны, книги и другие предметы, которые были вместе с Вами в общественных местах и в транспорте.



Если Ваши близкие вернулись из-за границы и у них появились признаки простуды — **ограничьте с ними контакты** и настоятельно требуйте их обращения за медицинской помощью. Ваш мудрый совет поможет сохранить здоровье Вас и Ваших родных!



Если Вы заболели или почувствовали себя нехорошо (не только в связи с простудными признаками, но и по другим проблемам со здоровьем, например, давлением) — **не ходите в поликлинику, а вызывайте врача на дом.**



**Часто мойте руки с мылом, гигиена очень важна для Вашего здоровья.** Мойте их после возвращения с улицы, из общественных мест, после контактов с упаковками из магазинов, перед приготовлением пищи. Не трогайте грязными руками лицо, рот, нос и глаза — так вирус может попасть в Ваш организм.



Если Вы заболели простудой, а среди Ваших близких люди выезжали за рубеж в последние 2 недели, **обязательно скажите об этом врачу.** Он назначит анализ на новую коронавирусную инфекцию.



**Тщательно соблюдайте рекомендации врача** по лечению имеющихся у Вас хронических заболеваний.

# Как отличить обычную простуду от коронавируса и гриппа?

Симптомы	Простуда	Грипп	Норовирус	Коронавирус
Боль в горле	Часто	Иногда	Редко	Неизвестно
Чихание	Часто	Иногда	Редко	Неизвестно
Заложенность носа и насморк	Часто	Иногда	Редко	Неизвестно
Кашель, дискомфорт в груди	Иногда	Часто	Редко	Часто
Лихорадка	Иногда	Часто	Иногда	Часто
Утомляемость и слабость	Редко	Часто	Иногда	Неизвестно
Ломота	Редко	Часто	Иногда	Неизвестно
Озноб	Редко	Часто	Иногда	Неизвестно
Головная боль	Редко	Часто	Иногда	Неизвестно
Затрудненное дыхание	Редко	Редко	Редко	Часто
Тошнота	Редко	Редко	Часто	Неизвестно
Рвота	Редко	Редко	Часто	Неизвестно
Понос	Редко	Редко	Часто	Неизвестно
Боль в желудке	Редко	Редко	Часто	Неизвестно
Инкубационный период	1-3 дня	1-4 дня	Неск. часов	2-14 дней
Проявление симптомов	Постепенное	Резкое	Резкое	Постепенное
Продолжительность болезни	7-10 дней	3-7 дней	1-2 дня	Неизвестно

Вирусные заболевания могут передаваться даже в инкубационном периоде, до того как проявятся симптомы. Редкие симптомы могут в некоторых случаях проявляться у любого из этих заболеваний.