|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования. 2. Не ешьте еду из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы. 3. Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется. 4. Регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь экран смартфона, пульты, дверные ручки и поручни и т.д.   **Как правильно носить медицинскую маску?**  C:\Users\ivanovaiv\Desktop\Я\Методичка\gko-11 (2).jpg1) Аккуратно закройте нос и рот маской и закрепите её, чтобы уменьшить зазор между лицом и маской. | |  |  | | |  | | --- | | 2) Не прикасайтесь к маске во время использования, после прикосновения к использованной маске, например, чтобы снять её, вымойте руки.  3) После того, как маска станет влажной или загрязнённой, наденьте новую чистую и сухую маску.  4) Не используйте повторно одноразовые маски. Их следует выбрасывать после каждого использования и утилизировать сразу после снятия.  **Что можно сделать дома?**  Убедитесь, что у каждого в семье есть своё полотенце и другие предметы личной гигиены. Часто проветривайте помещение.  **Если у вас остались вопросы, вы можете обратиться по телефонам:**  ЕДИНЫЙ ПРИМОРСКИЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  **8 800 30-22-675**  ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ПОДДЕРЖКЕ НАСЕЛЕНИЯ РФ  ПО КОРОНАВИРУСУ  **8-800-200-01-12**  ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА  **8 (800) 555-49-43** | | |  | | |  | |  | | --- | | КГАУСО «Приморский центр социального обслуживания населения»    **ВНИМАНИЕ!**  **КОРОНОВИРУС!** | |  | |  | | **Профилактика. Рекомендации Роспотребнадзора.** | | |
| **Что такое коронавирусы?**  Коронавирусы — это семейство вирусов, в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные коронавирусами, протекают в лёгкой форме.  Однако, бывают и тяжёлые формы, такие как ближневосточный респираторный синдром (Mers) и тяжёлый острый респираторный синдром (Sars).  **Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом?**   * Чувство усталости * Затруднённое дыхание * Высокая температура * Кашель и / или боль в горле   Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп. |  | | | Если у вас есть аналогичные симптомы, подумайте о следующем:   1. Вы посещали в последние две недели регионы, в которых зафиксированы случаи заболевания коронавирусом?   Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели в зоны повышенного риска?  Если ответ на эти вопросы положителен - к симптомам следует отнестись максимально внимательно.  **Как передаётся коронавирус?**  Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает.  Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз. | |  | |  |  | | | **Как защитить себя от заражения?**   1. Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, — это поддерживать чистоту рук и поверхностей. 2. Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство. 3. Также старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно свершаются нами в среднем 15 раз в час). 4. Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки. 5. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица.   C:\Users\ivanovaiv\Desktop\Я\Методичка\gko-02 (2).jpg   1. Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования. 2. Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы. 3. Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется. 4. На работе регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульты, дверные ручки и поручни). | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |