



# Ты Товарищ, а ты все знаешь новой коронавирусной инфекции !!!

## ЗНАЕШЬ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ?

### 1. ЧТО ТАКОЕ COVID-19

Коронавирусная инфекция 2019, или COVID-19, вызвана вирусом SARS-CoV-2. Впервые этот вирус обнаружен в городе Ухань в Китае. С тех пор он быстро распространился по миру, включая европейские страны и США. Основные жалобы включают лихорадку (повышение температуры тела), кашель и затрудненное дыхание. Затрудненное дыхание указывает на то, что инфекция вызвала пневмонию (воспаление легких). Специалисты продолжают изучать свойства вируса.

### 2. КАК ПЕРЕДАЕТСЯ COVID-19

Главный путь передачи вируса — от человека к человеку, как при гриппе. Чаще всего это происходит, когда зараженный вирусом человек кашляет или чихает неподалеку от других людей. Полагают также, что возможен и контактный путь передачи: если дотронуться до

поверхности, на которой находится вирус, а затем — до рта, носа, глаз. Насколько известно, люди наиболее заразны тогда, когда они уже больны. Возможно, однако, и бессимптомное носительство вируса (без симптомов болезни).

### 3. ОСНОВНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ COVID-19

Болезнь обычно проявляется через несколько дней после заражения. Иногда этот период (называемый продромальным) растягивается на большой срок.

Проявления болезни могут включать:

- лихорадку,
- кашель,
- быструю утомляемость,
- боль в мышцах.

Встречается головная боль, боль в горле, насморк, исчезновение обоняния. Изредка наблюдаются желудочно-кишечные симптомы — тошнота и понос.

В большинстве случаев эти проявления проходят за несколько недель безо всяких последствий. Нередко болезнь протекает и полностью бессимптомно. Однако у некоторых людей COVID-19 приводит к серьезным нарушениям — к пневмонии, нехватке кислорода (гипоксемии), к нарушениям работы сердца и даже к смерти. Чаще всего перечисленные осложнения возникают у пожилых людей, у больных, страдающих заболеваниями сердца, сахарным диабетом, болезнями легких и онкологическими заболеваниями.

#### 4. МОЖНО ЛИ ИЗБЕЖАТЬ ЗАРАЖЕНИЯ

Есть меры, которые необходимо предпринять для снижения риска заразиться. Меры эти относятся к каждому члену общества, поскольку инфекция распространяется очень быстро.

- Часто мойте руки с мылом. Особенно важно мыть руки после пребывания вне дома, если вы дотрагивались до каких-либо предметов или до других людей. По крайней мере в течение 20 секунд трите мылом руки, включая запястья, ногти, межпальцевые промежутки. После этого тщательно смойте мыло водой, вытрите руки бумажным полотенцем и выбросьте его. Если нет возможности мыть руки, протирайте их дезинфицирующим гелем или салфетками. Лучше всего использовать гели с хотя бы 60-процентным содержанием этилового спирта. Но мыло и вода лучше гелей.

- Не трогайте руками лицо, особенно рот, нос и глаза.

- Избегайте встреч с теми, у кого есть признаки вирусной инфекции.

- Сторонитесь большого скопления людей. Если вы живете там, где много заболевших COVID-19, то по возможности сидите дома.

**Но самым эффективным методом профилактики является ВАКЦИНАЦИЯ !!!**



designed by freepik

#### 5. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ У ВАС ДОМА КТО-ТО БОЛЕЕТ COVID-19

Если кто-либо из живущих вместе с вами заболел, надо принять дополнительные меры защиты.

- Изолируйте заболевшего: он должен находиться в отдельной комнате и, если есть возможность, пользоваться отдельной уборной и ванной.

- Лицевые маски: заболевший должен носить маску, когда он находится в одной комнате с другими людьми. Ухаживая за больным, вам тоже следует надевать лицевую маску. Это особенно важно, если сам больной маску носить не может.

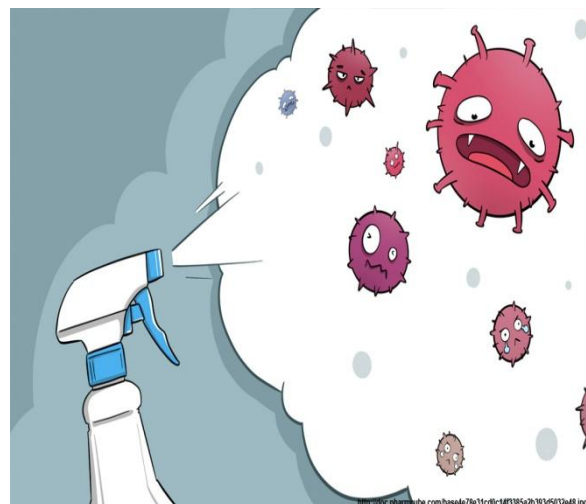
- Частое мытье рук.

- Частая уборка помещения: надевайте при этом одноразовые перчатки. Надевайте их также, когда дотрагиваетесь до белья

заболевшего, его посуды, ночного горшка, оставленного им мусора.

· Часто мойте предметы, до которых часто дотрагиваются: прикроватный столик, телефон, дверные ручки, звонки и т. п.

· Мойте предметы водой и мылом, но также и средствами для дезинфекции. Некоторые из них уничтожают бактерии, но не вирусы, поэтому читайте описание каждого средства, которым собираетесь пользоваться.



**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ!!!**