

Алгоритм действий по предупреждению распространения коронавирусной инфекции

Каковы симптомы заболевания?

- ПОВЫШЕННАЯ ТЕМПЕРАТУРА
- ЧИХАНИЕ
- КАШЕЛЬ
- ЗАТРУДНЕННОЕ ДЫХАНИЕ

В подавляющем большинстве случаев эти симптомы связаны не с коронавирусом, а с обычной ОРВИ.

Как передается коронавирус?

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, в редких случаях он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязненной поверхности, например дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязненными руками рта, носа или глаз.

Как сдать анализы на коронавирус?

Лаборатории частных медицинских организаций не проводят исследования на новый коронавирус. Его проводят на базе центра гигиены и эпидемиологии Белгородской области. Там берут анализы у тех, кто в последние 14 дней пересекал границу одной из стран с неблагоприятной эпидемиологической ситуацией (Китай, Иран, Южная Корея, США, Великобритания, Украина, Белоруссия, государства Европейского союза и другие государства Европы, не входящие в ЕС), жалуется на симптомы ОРВИ и посещал страны, где есть хотя бы один случай коронавируса, у тех, кто контактировал с заболевшими или с туристами из списка потенциально опасных стран.

Как защитить себя от заражения коронавирусом?

Самое важное, что можно сделать — это поддерживать чистоту рук, а когда кашляете или чихаете, прикрывайте нос и рот одноразовой салфеткой.

Старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно мы неосознанно совершаем такие прикосновения в среднем 15 раз в час).

Если Вам нужно выехать за границу, обязательно уточните эпидемиологическую ситуацию в стране и соблюдайте гигиену.

При появлении симптомов, похожих на коронавирус, оставайтесь дома и сразу вызывайте врача.

ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ ДОМА

Всегда мойте руки перед едой.

Чаще проветривайте комнаты и делайте влажную уборку, протирайте столы, полки, посуду.

Расскажите детям, как распространяются микробы, и почему важна гигиена рук и лица.

При подозрении на коронавирус стоит оставить больного в отдельной комнате и вызвать врача.

ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ В ТРАНСПОРТЕ И ДРУГИХ ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ

Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы при необходимости в любой обстановке Вы смогли их очистить.

В общественных местах максимально сократите прикосновения к любым поверхностям и предметам.

Не ешьте из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы (касается орехов, чипсов и других снеков).

Носите с собой одноразовые салфетки. Всегда прикрывайте нос и рот салфеткой, когда кашляете или чихаете. Не используйте салфетки повторно, а сразу выбрасывайте.

ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ НА РАБОТЕ

Регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым Вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники, экран смартфона, пульты, дверные ручки и поручни).

Держите руки в чистоте, часто мойте их с мылом или используйте дезинфицирующее средство.

Если вы обнаружили симптомы, схожие с теми, которые вызывает коронавирус, обращайтесь к врачу в этот же день.

Проветривайте кабинет несколько раз в день.