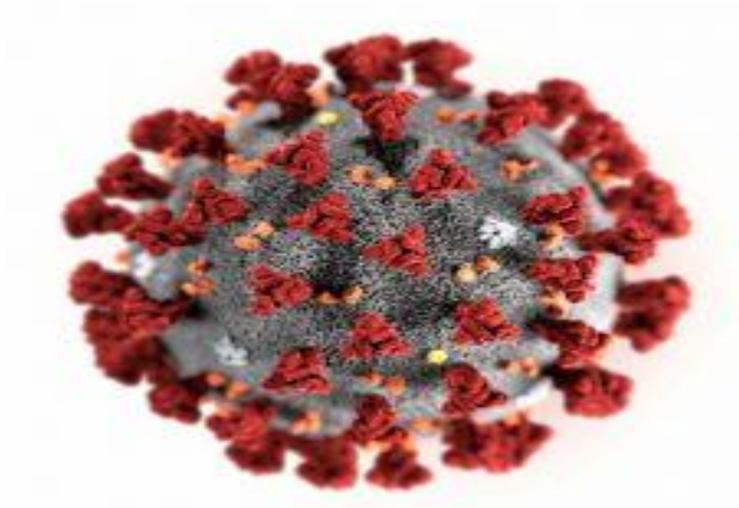


Коронавирус COVID-2019

Мероприятия по профилактике и его распространению



Коронавирус COVID-2019

В декабре 2019 года в городе Ухань провинции Хубэй центрального Китая были зарегистрированы первые случаи пневмонии неизвестного происхождения у местных жителей, связанных с местным рынком животных и морепродуктов Хуанань.

31 декабря 2019 года власти Китая проинформировали о вспышке неизвестной пневмонии Всемирную организацию здравоохранения (ВОЗ).

С 22 января город Ухань был закрыт на карантин; с 24 января — прилегающие к Уханю городские округа. Китайские учёные выделили возбудителя — новый коронавирус, первоначально названный 2019-nCoV.

11 марта 2020 года ВОЗ объявила, что вспышка приобрела характер пандемии.

Коронавирус COVID-2019

Мероприятия по предупреждению завоза и распространения COVID-19 на территории РФ регламентированы:

- 1) Распоряжения Правительства РФ** от 30.01.2020 №140-р, от 31.01.2020 №154-р, от 03.02.2020 №194-р, от 18.02.2020 №338-р, от 27.02.2020 №447-р, от 27.02.2020 №446-р, от 27.02.2020 №448-р от 16.03.2020 №635-р, от 06.03.2020 №550-р, от 12.03.2020 №597-р, от 14.03.2020 №622-р
- 2) Постановления Главного государственного санитарного врача РФ** от 24.01.2020 №2, от 31.01.2020 №3, от 02.03.2020 №5, от 13.03.2020 №6, от 18.03.2020 №7.

Коронавирус COVID-2019

Неспецифическая профилактика представляет собой мероприятия, направленные на предотвращение распространения инфекции, и **проводится в отношении источника инфекции (больной человек), механизма передачи возбудителя инфекции, а также потенциально восприимчивого контингента (защита лиц, находящихся и/или находившихся в контакте с больным человеком).**

**"МР 3.1.0170-20. 3.1. Профилактика инфекционных болезней.
Эпидемиология и профилактика COVID-19. Методические рекомендации"
(утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 30.03.2020)**

I. Область применения

1.1. Настоящие методические рекомендации предназначены для специалистов органов и организаций Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Министерства здравоохранения Российской Федерации и других заинтересованных лиц и организаций независимо от их организационно-правовой формы.

**"МР 3.1.0170-20. 3.1. Профилактика инфекционных болезней.
Эпидемиология и профилактика COVID-19. Методические рекомендации"
(утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 30.03.2020)**

В настоящее время доказана передача вируса SARS-CoV-2 от человека к человеку, преимущественно воздушно-капельным и контактным путями при близком общении инфицированного с окружающими. Возможный природный резервуар вируса не определен.

По имеющимся данным, вирус может находиться на различных предметах **от нескольких часов до нескольких суток**. Чувствителен к дезинфицирующим средствам **в обычных концентрациях**.

Инкубационный период COVID-19 составляет **от 2 до 14 дней**, наиболее часто - **5 - 7 дней**.

Данные **о длительности и напряженности иммунитета в отношении SARS-CoV-2 в настоящее время отсутствуют**.

Средства специфической профилактики COVID-19 не разработаны.

П.3.1. Обязательному обследованию на COVID-19 подлежат:

- лица, прибывшие из-за рубежа с наличием симптомов инфекционного заболевания (или при появлении симптомов в течении периода медицинского наблюдения);
- контактные лица с больным COVID-19;
- лица с "внебольничной пневмонией";
- медицинские работники, имеющие риск инфицирования (скорая (неотложная) медицинская помощь, инфекционные отделения, отделения для больных внебольничной пневмонией) 1 раз в неделю (до появления IgG);
- лица старше 65-ти лет при появлении респираторных симптомов;
- лица при появлении респираторных симптомов, находящиеся в закрытых коллективах (интернаты, пансионаты для пожилых и другие учреждения).

IV. Противоэпидемические мероприятия в отношении COVID-19

- принятие мер по всем звеньям эпидемического процесса: на источник, на пути передачи и на восприимчивый организм (изоляция больных, прерывание путей передачи возбудителя, защита лиц, находящихся в контакте с больным и лиц из групп риска);
- выявление больных, их своевременную изоляцию и госпитализацию;
- установление границ очага (организации, транспортные средства, место жительства и др.) и контактных лиц;
- разобщение лиц, подвергшихся риску заражения (при распространении инфекции максимальное ограничение контактов);
- проведение мероприятий в эпидемических очагах (выявление контактных лиц "близких" и "дальних", их изоляцию (на дому или в обсерваторах в зависимости от эпидемиологических рисков) с лабораторным обследованием на COVID-19, медицинское наблюдение в течение 14 дней с момента контакта с больным, назначение экстренной профилактики (профилактического лечения) в соответствии с рекомендациями по лечению COVID-19, утвержденными Минздравом России);
- дезинфекцию;
- экстренную профилактику (профилактическое лечение) для контактных лиц и лиц из групп риска;
- профилактику внутрибольничного инфицирования и недопущение формирования очагов в медицинских организациях.

4.4. Мероприятия, направленные на "разрыв" механизма передачи инфекции:

- соблюдение всеми гражданами правил личной гигиены (мытьё рук, использование антисептиков, медицинских масок, перчаток), соблюдение социальной дистанции;
- выполнение требований биологической безопасности в медицинских организациях и лабораториях, проводящих исследования с потенциально инфицированным биологическим материалом;
- усиление дезинфекционного режима **в предприятиях общественного питания, объектах торговли, на транспорте**, в том числе дезинфекция оборудования и инвентаря, обеззараживание воздуха;
- обеспечение всеми учреждениями, юридическими лицами и индивидуальными предпринимателями проведения дезинфекции во всех рабочих помещениях организаций, использования оборудования по обеззараживанию воздуха, создания запаса дезинфицирующих средств, **ограничения** или отмены зарубежных командировок;
- организация активного выявления лиц с признаками инфекционных заболеваний при входе на рабочие места;
- соблюдение противоэпидемического режима в медицинских организациях, в организациях социальной сферы, пенитенциарной системы, в образовательных организациях, переход на дистанционное обучение;
- использование мер социального разобщения (временное прекращение работы предприятий общественного питания, розничной торговли (за исключением товаров первой необходимости), переход на удаленный режим работы, перевод на дистанционное обучение образовательных учреждений;
- **ограничение** или отмена проведения массовых мероприятий (развлекательных, культурных, спортивных).

Дезинфицирующие средства, рекомендуемые к применению:

С целью профилактики и борьбы с инфекциями, вызванными коронавирусами для дезинфекции применяют дезинфицирующие средства, в инструкции к которым указаны режимы для обеззараживания объектов при вирусных инфекциях.

Рекомендуются средства из следующих химических групп:

1. **Хлорактивные** (натриевая соль дихлоризоциануровой кислоты - в концентрации активного хлора в рабочем растворе не менее 0,06%, хлорамин Б - в концентрации активного хлора в рабочем растворе не менее 3,0%).
2. **Кислородактивные** (перекись водорода - в концентрации не менее 3%).
3. **Катионные поверхностные активные вещества (КПАВ) - четвертичные аммониевые соединения** в концентрации в рабочем растворе не менее 0,5%.
4. **Третичные амины** (в концентрации в рабочем растворе не менее 0,05%).
5. **Полимерные производные гуанидина** (в концентрации в рабочем растворе не менее 0,2%).
6. **Спирты** (в качестве кожных антисептиков и дезинфицирующих средств для обработки небольших по площади поверхностей - **изопропиловый спирт** в концентрации не менее 70% по массе, **этиловый спирт** в концентрации не менее 75% по массе).

«ДЕО БАКТЕР ЛАЙТ»

Новая разработка - **«Део-бактер лайт»** – концентрат для быстрой дезинфекции поверхностей, обработки посуды, дезинфекции и предстерилизационной очистки медицинских изделий в медицинских организациях любого профиля, предприятиях общественного питания, детских дошкольных и школьных образовательных учреждениях, населением в быту.

Для дезинфекции фомитов (предметы многократного контакта: дверные ручки, выключатели, поручни в помещениях, лифтах и пр., телефонные трубки, клавиатура, места наибольшего соприкосновения у приборов, оргтехники и др.);
Действующие вещества: ЧАС, функциональные добавки.

Антимикробные свойства:

- бактерицидные (в т.ч. против возбудителей туберкулеза, внутрибольничных инфекций), вирулицидные (возбудителей полиомиелита, энтеральных и парентеральных гепатитов, гриппа и др.), фунгицидные (против грибов рода *Candida*, *Trichophyton*, плесневых грибов и их спор).

Преимущества:

- **Безопасность:** относится к 4 классу малоопасных веществ; разрешен в отделениях неонатологии.
- Разрешен к применению в детских и спортивных учреждениях.
- **Экономичные режимы:** при дезинфекции белья, посуды, изделий медицинского назначения, отходов, при проведении генеральной уборки.
- дезинфекция, совмещенная и не совмещенная с ПСО, ручным и механизированным способами.
- **Пролонгированный эффект.**



Письмо Министерства Здравоохранения РФ №15–2/И/2–4706 от 14.04.2020

Министерство здравоохранения Российской Федерации в связи с запросами субъектов Российской Федерации по вопросу вакцинации **в настоящее время детей в рамках национального календаря профилактических прививок** (далее – Национальный календарь) с учетом позиции Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека сообщает:

Письмо Министерства Здравоохранения РФ №15–2/И/2–4706 от 14.04.2020

С учетом Указа Президента Российской Федерации от 02.04.2020 № 239 «О мерах по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия населения на территории Российской Федерации в связи с распространением новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», решений Оперативного штаба по предупреждению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции по самоизоляции граждан на период эпидемического неблагополучия по новой коронавирусной инфекции, **полагаем целесообразным рекомендовать региональным Оперативным штабам принимать решения о временном приостановлении плановой иммунизации детского населения в рамках Национального календаря исходя из эпидемиологической ситуации в конкретном субъекте Российской Федерации.** При принятии решения о продолжении проведения вакцинации, а также в соответствии с рекомендациями Всемирной организации здравоохранения «Руководство по плановой иммунизации во время пандемии COVID-19 в Европейском регионе ВОЗ» в целях обеспечения изоляционноограничительных мероприятий для минимизации возможности воздействия COVID-19 **полагаем необходимым:** заблаговременно информировать население о времени проведения прививок, **обеспечив предварительную запись на посещение медицинской организации в целях иммунизации;** организовать в поликлиниках и поликлинических отделениях медицинских организаций **режим работы, исключающий скопление пациентов (в холлах, коридорах, кабинетах и т.д.) медицинских организаций;** обеспечить соблюдение мер профилактики распространения COVID-19: использование средств индивидуальной защиты органов дыхания и социального дистанцирования (нахождение на расстоянии **не менее 1,5 метров от других лиц**), режима проветривания и **кварцевания помещений, проведение влажной уборки с использованием обеззараживающих средств.**

COVID-19 У ДЕТЕЙ

Временные методические рекомендации версия 1 от 03.04.2020

В исследовании, охватывающем 2 143 детей с подтвержденным COVID-19 или подозрением на данное заболевание, 94,2% случаев **были бессимптомными, легкой или средней степени тяжести.** 112 (5,2%) случаев были тяжелыми и 13 (0,6%) критическими. Тяжелые и критические формы чаще диагностировались у детей до 1 года (33 и 7 соответственно) .

Общепринятый алгоритм диагностики COVID-19

предусматривает определение стандартного случая, который может быть «вероятный», «подозрительный» и «подтвержденный».

Классификация случая основывается на имеющихся к моменту обращения за медицинской помощи данных эпиданамнеза, клинической картины и результатов лабораторного обследования.

стандартные определения случая, базируются на классификации ВОЗ и они универсальны для детей и взрослых.

10.2.5. Профилактика заражения через грудное вскармливание

В феврале 2020 года китайские эксперты в своем консенсусе **не рекомендовали продолжать грудное вскармливание матерям с «подозрительным» и «подтвержденным» случаем COVID-19.**

Вместе с тем, считается, что распространение от человека к человеку происходит в основном воздушно-капельным путём. В ограниченных исследованиях женщин с COVID19, а также с другой коронавирусной инфекцией (SARS) **вирус не был обнаружен в грудном молоке.**

Мать с подтвержденной инфекцией или имеющая подозрение на COVID-19 должна соблюдать стандартные меры профилактики передачи вируса, чтобы избежать распространения вируса на своего ребенка, в том числе мыть и обрабатывать руки антисептиком перед контактом с ребенком, и носить медицинскую маску во время кормления грудью.

При сцеживании грудного молока ручным или электрическим молокоотсосом мать должна вымыть руки перед тем, как дотронуться до любого насоса или части бутылочки.

Для кормления сцеженным молоком необходимо определить здорового члена семьи

10.3.2. Требования, предъявляемые к медицинским работникам при осмотре ребенка на дому

Осмотр на дому осуществляется только в СИЗ.

Медицинский работник должен иметь при себе запас медицинских масок для больного или его родственников в количестве не менее 10 штук и предлагать их пациенту, прежде чем приступить к опросу и осмотру.

Пациент обязан быть в медицинской маске. **При осмотре используют перчатки, которые обрабатывают дезинфицирующим средством (???????, видимо, перед утилизацией).** По завершении осмотра, в подъезде медицинский работник снимает СИЗ, складывает одежду и средства индивидуальной защиты в пакет для медицинских отходов класса В, обрабатывает руки антисептиком и помещает пакет в багажное отделение автомобиля для утилизации.

11. Психологическая поддержка детей

ЮНИСЕФ предлагает несколько советов, которые помогут успокоить и защитить детей в период текущей вспышки

- 1) Задавать открытые вопросы ребенку и слушать. Рекомендуется пригласить ребенка обсудить эту тему, позволить ему свободно говорить. Рисование или другие методы, возможно, помогут ребенку открыться для разговора.
- 2) Необходимо быть честным и объяснить правду доступным для ребенка языком.
- 3) Важно показать ребенку, как можно защитить себя и своих друзей.
- 4) Следует подбадривать детей.
- 5) Постараться проверить, испытывает ли ребенок на себе стигму или распространяет ее.
- 6) Детям важно знать, что люди помогают друг другу, проявляя доброту и щедрость. Можно поделиться историями о работниках здравоохранения, ученых и молодежи, которые работают над тем, чтобы остановить вспышку и обеспечить безопасность.
- 7) Демонстрация спокойствия и контроля ситуации также поможет ребенку.
- 8) Демонстрация заботы, напоминание, что ребенка слушают, и что готовы прийти на помощь, если он обеспокоен чем-то.

Основные рекомендации ВОЗ о том, как можно помочь ребенку справиться со стрессом в условиях вспышки COVID-19 :

- 1) Отвечать на реакции ребенка позитивно, узнавать, что его беспокоит, окружить любовью и вниманием (стараться проявлять их еще больше, чем обычно).
- 2) Прислушиваться к ребенку, проявлять доброту и приободрять его.
- 3) Придумывать для ребенка игры и интересные занятия чтобы отвлечь.
- 4) По возможности не разлучать детей с родителями и другими членами семьи. Если это невозможно (в случае госпитализации), необходимо обеспечить регулярное общение ребенка с семьей (например, по телефону) и предоставить ему необходимую моральную поддержку.
- 5) Стараться как можно более тщательно следовать заведенному порядку или графику, либо, учитывая смену обстоятельств, ввести новый распорядок дня, в котором предусмотрено время для школьного или другого обучения, а также игр и отдыха.
 - 6) Объяснить ребенку, что произошло и какова текущая ситуация, на доступном языке рассказать, как уберечься от заражения. Следует спокойно рассказать ему о возможном развитии событий (например, кто-либо из членов семьи и/или сам ребенок может почувствовать недомогание, и ему может потребоваться на некоторое время поехать в больницу, где врачи помогут ему выздороветь).

ВРЕМЕННЫЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ПРОФИЛАКТИКА, ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ (COVID-19) Версия 5 (08.04.2020)

5.8. Особенности ведения детей с COVID-19

По имеющимся данным можно отметить, что дети менее восприимчивы к вирусу SARS-CoV-2, заболевание у них протекает легче, что, однако, не исключает случаев тяжелого течения. В настоящее время дети с инфекцией, вызванной SARS-CoV-2, составляют от 1% до 5% в структуре пациентов с диагностированными случаями заболевания. В разных странах доля детей от 0 до 19 лет несколько различается: в КНР – до 2%, в Италии – 1,2%, в США – 5%. У детей отмечается более гладкое течение болезни чем у взрослых, развитие вирусной пневмонии не характерно, симптомы менее выражены, летальные исходы чрезвычайно редки. У детей так же, как у взрослых, доминируют лихорадка и респираторный синдром, однако менее выражены лимфопения и воспалительные маркеры. Заболевание регистрируется также у новорожденных, но внутриутробная передача инфекции не доказана.

Инкубационный период у детей колеблется от 2 до 10 дней, чаще составляет 2 дня.

ВРЕМЕННЫЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ПРОФИЛАКТИКА, ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ (COVID-19) Версия 5 (08.04.2020)

При поступлении в приемное отделение медицинской организации, оказывающей медицинскую помощь в стационарных условиях, пациента с клиническими проявлениями острого респираторного вирусного заболевания с характерными для COVID-19 симптомами и данными эпидемиологического анамнеза, медицинский работник проводит комплекс первичных противоэпидемических мероприятий с использованием СИЗ.

Медицинский работник, не выходя из помещения, в котором выявлен пациент, с использованием имеющихся средств связи извещает руководителя медицинской организации о выявленном пациенте и его состоянии для решения вопроса об его изоляции по месту его выявления (бокс приемного отделения) до его перевода в мельцеровский бокс медицинской организации, где был выявлен больной, или госпитализации в специализированный инфекционный стационар при невозможности организовать изоляцию пациента в медицинской организации, где он был выявлен.. Медицинский работник должен использовать **СИЗ (шапочка, противочумный (хирургический) халат, респиратор класса защиты FFP2 или FFP3, предварительно обработав руки и открытые части тела дезинфицирующими средствами.**

ВРЕМЕННЫЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ПРОФИЛАКТИКА, ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ (COVID-19) Версия 5 (08.04.2020)

После медицинской эвакуации пациента медицинский работник, выявивший пациента, снимает СИЗ, помещает их в бачок с дезинфицирующим раствором, обрабатывает дезинфицирующим раствором обувь и руки, полностью переодевается в запасной комплект одежды. **Открытые части тела обрабатываются кожным антисептиком.**

Рот и горло прополаскивают 70% этиловым спиртом, в нос и в глаза закапывают 2 % раствор борной кислоты.

Руководитель медицинской организации, в которой был выявлен пациент, организует сбор биологического материала (мазок из носо- и ротоглотки) у всех медицинских работников и лиц, находившихся с ним в контакте, и направляет их для проведения соответствующего лабораторного исследования.

В целях обеззараживания воздуха в приемном отделении проводится дезинфекция дезинфицирующими средствами, применяются бактерицидный облучатель или другое устройство для обеззараживания воздуха и (или) поверхностей для дезинфекции воздушной среды помещения.

В случае подтверждения диагноза COVID-19 в стационаре необходимо выявить лиц, имевших контакт с пациентом, среди:

- находившихся в данном учреждении;
- переведенных или направленных (на консультацию, стационарное лечение) в другие медицинские организации, и выписанных;
- медицинских и иных работников (гардероб, регистратура, диагностические, смотровые кабинеты);

- посетителей медицинской организации, а также посетителей, покинувших медицинскую организацию к моменту выявления пациента; – **лиц по месту жительства пациента, работы, учебы.**

За лицами, контактными с пациентом, устанавливают медицинское наблюдение.

Медицинские отходы, в том числе биологические выделения пациентов (мокрота, моча, кал и др.), утилизируются в соответствии с санитарноэпидемиологическими требованиями к обращению **с медицинскими отходами класса В.**

Меры инфекционной безопасности во время эпидемии

Инструкции:

1. Не обменивайтесь рукопожатиями и не касайтесь друг друга при встрече. Кивните головой в знак приветствия или помащите рукой для приветствия на расстоянии.
2. При общении с коллегой или пациентом соблюдайте дистанцию более 1,5 метра.
3. Избегайте контакта подушечек пальцев с местами, которые используются большим количеством людей (кнопки лифта, кнопки вызова персонала и т. п.)
4. Избегайте контакта ладонной поверхности рук с зонами предметов пользования большого числа людей. Используйте для этого тыльную поверхность предплечья или согнутую в локте руку.
5. Как можно чаще обрабатывайте обе руки антисептиком. При этом строго соблюдайте правила обработки рук.
6. Соблюдайте кашлевой этикет. При кашле или чихании прикрывайте рот, используя **ОДНОРАЗОВУЮ БУМАЖНУЮ САЛФЕТКУ**, либо согнутую в локте руку.
7. Соблюдайте технику снятия перчаток и мытья рук.
8. Не трогайте чистыми руками поверхность самой маски. Снимайте маску захватывая пальцами рук чистые элементы — резинки, а не саму маску.
9. Не используйте телефон после контакта с пациентом, особенно имея на себе средства индивидуальной защиты. Избегайте прикосновений в перчатках к любым поверхностям, включая телефон.
10. Обрабатывайте клавиатуру и телефон несколько раз в день.

Приложение к письму Роспотребнадзора от 10.03.2020 N 02/3853-2020-27 «РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ (COVID-19) СРЕДИ РАБОТНИКОВ», независимо от организационно- правовых форм и форм собственности.

-регулярное (каждые 2 часа) проветривание рабочих помещений;
-применение в рабочих помещениях бактерицидных ламп, рециркуляторов воздуха с целью регулярного обеззараживания воздуха (по возможности).

Рекомендуется ограничить:

- любые корпоративные мероприятия в коллективах, участие работников в иных массовых мероприятиях на период эпиднеблагополучия;
- направление сотрудников в командировки, особенно в зарубежные страны, где зарегистрированы случаи заболевания новой коронавирусной инфекцией (COVID-19);
- при планировании отпусков воздержаться от посещения стран, где регистрируются случаи заболевания новой коронавирусной инфекцией (COVID-19).

При наличии столовой для питания работников:

- обеспечить **использование посуды однократного применения** с последующим ее сбором, обеззараживанием и уничтожением в установленном порядке;
- при использовании посуды многократного применения - **ее обработку желательно проводить на специализированных моечных машинах в соответствии с инструкцией по ее эксплуатации с применением режимов обработки, обеспечивающих дезинфекцию посуды и столовых приборов при температуре не ниже 65 град. С в течение 90 минут или ручным способом при той же температуре с применением дезинфицирующих средств в соответствии с требованиями санитарного законодательства.**

<https://rospotrebnadzor.ru/>

О рекомендациях как приблизить окончание карантинных мероприятий

17.04.2020 г.

Что нужно сделать, чтобы приблизить окончание карантинных мероприятий

В настоящее время в мире зарегистрировано более 2 млн случаев заболеваний новой коронавирусной инфекцией.

Весь мир борется с пандемией этой болезни, значительная часть пути уже пройдена.

В нашей стране удастся сдерживать натиск инфекции благодаря системно принимаемым мерам.

Государством сделано все необходимое, но теперь очень много зависит от каждого из нас.

Сегодня главной задачей остается победа над коронавирусной инфекцией, достичь которой мы можем только совместными усилиями.

Временные ограничения необходимы, чтобы сберечь себя, своих близких и обезопасить окружающих нас людей от беды.

Чем ответственнее мы относимся к режиму временных ограничений, тем быстрее мы сможем вернуться к активной жизни и повседневным делам.

5 шагов для приближения окончания карантинных мероприятий:

- оставаться дома,
- поддерживать в доме чистоту, используя дезинфицирующие средства,
- общаться с родственниками, используя средства современной связи и коммуникации,
- в случае крайней необходимости, при выходе из дома обязательно использовать маску, закрывающую дыхательные пути,
- соблюдать дистанцию с окружающими людьми 1,5-2 метра, мыть руки с мылом и применять антисептические средства, соблюдать все рекомендации Роспотребнадзора.

Берегите себя и своих близких!

Памятка по коронавирусу:

Е
ЕНИСЕЙ

**МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ЧТО НАДО ЗНАТЬ
О КОРОНАВИРУСЕ**

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

Симптомы

Повышенная утомляемость
Ощущение тяжести в грудной клетке
Заложенность носа
Чихание
Кашель
Боль в горле
Боль в мышцах
Бледность
Повышение температуры, озноб

Вирус передается

Воздушно-капельным путем при чихании и кашле
Контактным путем

Осложнения

Синусит
Бронхит
Пневмония
Миокардит (воспаление сердечной мышцы)
Отит
Сепсис
Проблемы с ЖКТ (у детей)

Как не допустить

Не выезжать в очаг заболевания (Китай, г. Ухань)
Избегать посещения массовых мероприятий
Чаше мыть руки
Использовать медицинские маски
Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания

Что делать, если...

Обратиться к врачу
Не заниматься самолечением

Памятка по коронавирусу:



С уважением к Вам, Поджунас М.В.



**Спасибо за
внимание!**