

Коронавирус COVID-19

Симптомы заболевания:

- Чувство усталости, разбитости, ломоты;
- Затруднённое дыхание;
- Высокая температура;
- Сухой кашель, боль в горле.

Симптомы неспецифичны, то есть схожи со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду или грипп.

Как передаётся коронавирус?

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется двумя путями:

- воздушно-капельным – когда на слизистую здорового человека попадают капли от чихания и кашля заболевшего,
- контактным – через рукопожатие, прикосновение к дверной ручке или любой другой загрязненной поверхности.

Люди заражаются, когда касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз.

Как защититься от коронавируса

Профилактика коронавируса:

- главное — следовать правилам гигиены. Мойте руки или пользуйтесь спиртовыми гелями, спреями и антисептическими салфетками;
- не трогайте лицо грязными руками;
- если вы носите маску, меняйте ее каждый час (максимум — каждые два часа);
- находясь в общественных местах, максимально сократите прикосновения к посторонним предметам и поверхностям;
- избегайте приветственных рукопожатий.

При первых симптомах простуды оставайтесь дома, чтобы не заражать других. При появлении одышки обязательно обратитесь к врачу.

Как правильно носить маску?

Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно носить маску:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;
- старайтесь не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;
- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
- не используйте вторично одноразовую маску;
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

Горячая линия Министерства общественной безопасности Свердловской области — **112** и **+7 (343) 312-08-81** (круглосуточно)

