

Коронавирус. Симптомы и меры предосторожности.

В настоящее время большое внимание приковывают к себе события, связанные с распространением новой коронавирусной инфекции (COVID-19) по всему миру. Безусловно, это вызывает у людей тревогу, беспокойство, а порой и панику.



Коронавирус — возбудитель острой респираторной вирусной инфекции. Передается воздушно — капельным путем, от человека к человеку.

При заражении симптомы заболевания новой коронавирусной инфекции (COVID-19) сходны с симптомами обычного (сезонного) гриппа:

высокая температура тела, головная боль, слабость, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах.

Для того, чтобы избежать заражения новой коронавирусной инфекцией, мы предлагаем несколько правил поведения.

7 правил по профилактике коронавирусной инфекции

1. Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик.
2. Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.
3. Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
4. Мойте руки с мылом и водой тщательно в течение 20 секунд после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми. Вытирать руки следует одноразовым бумажным полотенцем или антисептическими салфетками.
5. Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь. Регулярно обрабатывать сам телефон антисептическими средствами, особенно там, где корпус гаджета соприкасается с лицом. Если есть чехол — то его при обработке нужно снимать и обрабатывать отдельно каждый вечер, особенно если днём пришлось посещать публичные места и пользоваться общественным транспортом.
6. Исключите при приветствии тесные объятия и рукопожатия.
7. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)

7 правил поведения при подозрении на коронавирусную инфекцию:

1. Оставайтесь дома.

- 1.1 Если Вы прибыли из эпидемически неблагополучного по COVID-19 государства в период последних 14 дней, и у Вас нет признаков острой респираторной вирусной

инфекции, в том числе повышенной температуры тела, сообщите о своем прибытии в регистратуру поликлиники Советской ЦРБ по телефону.

- 1.2 Если Вы прибыли из эпидемически неблагополучного по COVID-19 государства, и у Вас имеются признаки острой респираторной вирусной инфекции, в том числе повышенная температура тела, срочно вызовите бригаду скорой медицинской помощи по телефону **103** и обязательно сообщите эту информацию дежурному фельдшеру по приему вызовов скорой медицинской помощи.
- 1.3 Если Вы в течение 14 дней выезжали за пределы Советского района и были на автовокзалах, железнодорожных вокзалах и в аэропортах, и у Вас имеются признаки острой респираторной вирусной инфекции, вызовите врача на дом по телефону регистратуры.
- 1.4 Если Вы в течение 14 дней выезжали за пределы Советского района и точно знаете, что были в близком контакте с лицом, вернувшимся из эпидемически неблагополучного по COVID-19 государства в ближайшие 14 дней, и у Вас отсутствуют признаки острой респираторной вирусной инфекции, сообщите эту информацию в регистратуру поликлиники.

2. Обязательно пользуйтесь личной маской или респиратором.

3. Исключите контакты со здоровыми людьми, особенно пожилыми и лицами с хроническими заболеваниями. Ухаживать за больным лучше одному человеку.

4. Пользуйтесь при кашле или чихании одноразовой салфеткой или платком, прикрывая рот. При их отсутствии чихайте в локтевой сгиб.

5. Пользуйтесь индивидуальными предметами личной гигиены и одноразовой посудой.

6. Обеспечьте в помещении влажную уборку с помощью дезинфицирующих средств.

7. Частое проветривание.

8. Строго выполняйте рекомендации врача.

И помните, что наиболее уязвимы для новой коронавирусной инфекции (COVID-19) — это наши пожилые родственники, беременные женщины и лица с хроническими заболеваниями дыхательной, сердечно-сосудистой и эндокринной систем.

Телефоны регистратуры: **2-13-57, 2-40-61 или 8-922-947-98-59.**

КОГБУЗ «Советская ЦРБ»

Мотовилова Елена Сергеевна- заместитель главного врача по медицинскому обслуживанию населения

Тетерина Светлана Сагадатовна медицинская сестра кабинета профилактики