

КАК ИЗБЕЖАТЬ КОРОНАВИРУСА**РЕГУЛЯРНО МОЙ РУКИ МЫЛОМ ИЛИ АНТИСЕПТИКОМ**

Зачем это нужно? Если на поверхности рук есть коронавирус, мытье рук с мылом или спиртовым раствором его убьет

**СОБЛЮДАЙ ЛИЧНУЮ ГИГИЕНУ**

Что делать? Закрывай рот и нос салфеткой или сгибом локтя, когда чихаешь или кашляешь. Сразу после выкидывай салфетку и тщательно мой руки.

Зачем это нужно? Так ты предотвратишь распространение вируса



Если прикрывать рот и нос руками, микробы попадут сначала на руки, а потом на все, что ты трогаешь. Так в средние века распространялись чума, холера и другие смертельные болезни

**СОБЛЮДАЙ ДИСТАНЦИЮ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ**

Зачем это нужно? Коронавирус распространяется по воздуху. Им можно заразиться, вдыхая воздух рядом с больным. Поэтому держись от людей в общественных местах на расстоянии минимум 1 метра

**ЕСЛИ ТЕБЕ СТАЛО ПЛОХО, СРАЗУ СООБЩИ РОДИТЕЛЯМ**

Зачем это нужно? Чем раньше ты обратишься за медицинской помощью, тем выше шанс быстро выздороветь и никого не заразить

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ КОРОНАВИРУСА



ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЗАЩИТНЫЕ МАСКИ

Меняйте их каждые 2-3 часа.



МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Используйте антисептики. Особенно после посещения мест скопления людей.



ИЗБЕГАЙТЕ ТОЛПЫ

Помните, что вирус передается воздушно-капельным путем.



ПРОВОДИТЕ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ

Не ходите дома в верхней одежде. Вирус оседает на ткани и живет там несколько часов.



НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ

Если чувствуете недомогание — обратитесь к врачу.



НОВЫЙ

КОРОНАВИРУС

2019-NCOV

СИМПТОМЫ



ЧУВСТВО
УСТАЛОСТИ



ВЫСОКАЯ
ТЕМПЕРАТУРА



КАШЕЛЬ,
БОЛЬ В ГОРЛЕ,
ЧИХАНИЕ,
НАСМОРК



ЗАТРУДНЕННОЕ
ДЫХАНИЕ

ЧТО ДЕЛАТЬ



При любом недомогании срочно обратитесь за медицинской помощью в медицинскую организацию по месту проживания

ПРОФИЛАКТИКА

Как защитить себя от заражения коронавирусом?



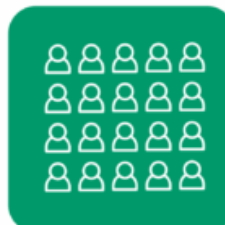
Используйте маски
для защиты
органов дыхания



Избегайте
контакта с
заболевшими
людьми



Держите руки
в чистоте



Избегайте
мест скопления
людей

Телефон горячей линии РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-555-49-43