



МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ДЛЯ ЗАЩИТЫ ОТ COVID-19

ВИРУС ПЕРЕДАЁТСЯ



ВОЗДУШНО-КАПЕЛЬНЫМ
ПУТЁМ ПРИ ЧИХАНИИ И
КАШЛЕ



КОНТАКТНЫМ ПУТЁМ

СИМПТОМЫ

- КАШЕЛЬ,
ЧИХАНИЕ
- ПОВЫШЕННАЯ
УТОМЛЯЕМОСТЬ
- ТЯЖЕСТЬ В
ГРУДИ
- ПОВЫШЕНИЕ
ТЕМПЕРАТУРЫ
ТЕЛА
- ОДЫШКА
- БЛЕДНОСТЬ
- БОЛЬ В
МЫШЦАХ



РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ



ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ
ПРИКРЫВАЙТЕ РОТ И НОС
БУМАЖНОЙ САЛФЕТКОЙ



ИСПОЛЬЗУЙТЕ
МЕДИЦИНСКИЕ МАСКИ



БУДЬТЕ БЛАГОРАЗУМНЫ,
ОЗНАКОМЬТЕСЬ СО ВСЕЙ
ИНФОРМАЦИЕЙ



ПО ВОЗМОЖНОСТИ,
НЕ ТРОГАЙТЕ РУКАМИ
ГЛАЗА, НОС И РОТ



НЕ ПОСЕЩАЙТЕ
МАССОВЫЕ
МЕРОПРИЯТИЯ



НЕ ВЫЕЗЖАЙТЕ В
ОЧАГ ЗАБОЛЕВАНИЙ



ИЗБЕГАТЬ БЛИЗКОГО
КОНТАКТА С ЛЮДЬМИ, У
КОТОРЫХ ЕСТЬ СИМПТОМЫ
ЗАБОЛЕВАНИЯ



ЧТО НЕ ПОМОЖЕТ ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ЗАРАЖЕНИЯ COVID-19



АНТИБИОТИКИ ЯВЛЯЮТСЯ ЭФФЕКТИВНОЙ ПРОФИЛАКТИКОЙ И ЛЕЧЕНИЕМ "COVID-19" ?



СУЩЕСТВУЮТ ЛИ СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЛЕКАРСТВА, КОТОРЫЕ МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ "COVID-19" ?



НАХОЖДЕНИЕ В ГОРЯЧЕЙ ВАННЕ ПОМОЖЕТ ИЗБЕЖАТЬ ИНФИЦИРОВАНИЯ ?



ХОЛОДНЫЙ КЛИМАТ ЗАЩИТИТ ОТ ВИРУСА ?



УПОТРЕБЛЕНИЕ ЧЕСНОКА ПОМОЖЕТ НЕ ЗАБОЛЕТЬ "COVID-19" ?



ПОЛОСКАНИЕ НОСА МОРСКОЙ ВОДОЙ ПОМОЖЕТ СНИЗИТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ИНФИЦИРОВАТЬСЯ ?

НЕТ

COVID-19

О ЗНАЧЕНИИ ГИГИЕНИЧЕСКИХ ПРОЦЕДУР В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ КОРОНАВИРУСА

РОСПОТРЕБНАДЗОР

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

МЕТОДИКА МЫТЬЯ РУК



1. СНИМИТЕ УКРАШЕНИЯ,
ЗАКАТАЙТЕ РУКАВА



2. СМОЧИТЕ РУКИ
В ТЕПЛОЙ ВОДЕ



3. НАМЫЛЬТЕ РУКИ



4. ПРОМОЙТЕ
С ТЫЛЬНОЙ СТОРОНЫ



5. ПРОМОЙТЕ МЕСТА
МЕЖДУ ПАЛЬЦАМИ



6. ОТДЕЛЬНО ПРОМОЙТЕ
БОЛЬШИЕ ПАЛЬЦЫ



7. ПРОМОЙТЕ СКЛАДКИ
И КОЖУ ПОД НОГТЯМИ



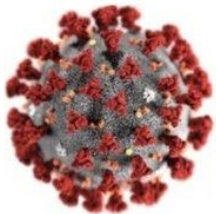
8. РАСТИРАЙТЕ
ЦЕНТР ЛАДОНЕЙ



9. ОБИЛЬНО ОПОЛОСНИТЕ



10. ПРОСУШИТЕ



ПАМЯТКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ РАСПРОСТРАНЕНИЯ **COVID-19**

- ✓ чаще мойте руки и обрабатывайте антисептиком;
- ✓ мойте руки после кашля, чихания, сморкания;
- ✓ не дотрагивайтесь невымытыми руками до лица;
- ✓ используйте одноразовые салфетки при чихании;
- ✓ выбрасывайте салфетки сразу после использования;
- ✓ соблюдайте личную дистанцию - минимум 1 метр;
- ✓ увлажняйте слизистые: часто пейте воду; промывайте нос; используйте увлажнители воздуха;
- ✓ соблюдайте режим труда и отдыха;
- ✓ хорошо питайтесь;
- ✓ регулярно проветривайте помещение;
- ✓ в общественных местах носите одноразовую маску;
- ✓ измеряйте температуру;
- ✓ избегайте контактов с заболевшими людьми;
- ✓ при обнаружении симптомов вирусной инфекции оставайтесь дома и вызовите врача.