

Что такое коронавирусы?

Коронавирусы — это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные коронавирусами, протекают в легкой форме, не вызывая тяжелой симптоматики.

Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом?

- Повышенная температура
- Чихание
- Кашель
- Затрудненное дыхание

В подавляющем большинстве случаев данные симптомы связаны не с коронавирусом, а с обычным ОРВИ.

Как передается коронавирус?

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, в редких случаях он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязненной поверхности, например, дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязненными руками рта, носа или глаз.

Как защитить себя от заражения коронавирусом?

- ✓ Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, — это поддерживать чистоту рук и поверхностей.
- ✓ Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.
- ✓ Старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно свершаются нами в среднем 15 раз в час).
- ✓ На работе регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульты, дверные ручки и поручни).
- ✓ Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.
- ✓ Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, аэропортах и других системах общественного транспорта. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица.
- ✓ Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.
- ✓ Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.

- ✓ Объясните детям, как распространяются микробы и почему важна хорошая гигиена рук и лица.
- ✓ Всегда мойте руки перед едой.
- ✓ Часто проветривайте помещение.
- ✓ Расскажите детям о профилактике коронавируса.
- ✓ Если вы обнаружили симптомы, схожие с теми, которые вызывает коронавирус, оставайтесь дома и вызывайте врача.