

ПАМЯТКА

по профилактике заражения коронавирусом

КОРОНАВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ – острое инфекционное вирусное заболевание, характеризующееся воспалением дыхательных путей, интоксикацией.

Каким образом происходит заражение?

- воздушно-капельным путем;
- контактно-бытовым путем (при попадании вируса на слизистые оболочки глаз, рта и носа).

Инфекция передается от больного человека здоровому через мельчайшие капельки слюны или слизи, которые выделяются во время чихания, кашля, разговора. Возможна и контактная передача.

Симптомы

В зависимости от конкретного вида возбудителя симптомы могут значительно различаться, как по степени выраженности, так и по вариантам сочетания:

- Повышение температуры;
- Насморк, сухой кашель, боль в горле;
- Озноб, общее недомогание, слабость, головная боль, боли в мышцах;
- Снижение аппетита, возможны тошнота и рвота;
- Конъюнктивит (возможно);
- Понос (возможно).

Подтвердить наличие опасного вируса в организме у заболевшего можно только после дополнительных лабораторных исследований.

В среднем болезнь длится около 5 дней. Если температура держится дольше, возможно, возникли осложнения.

Лечение заболевания проводится под контролем врача, который только после осмотра пациента назначает схему лечения и дает другие рекомендации. Заболевший должен соблюдать постельный режим, полноценно питаться и пить больше жидкости.

Группы риска

- Дети;
- Люди старше 60 лет;
- Люди с хроническими заболеваниями легких (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких);
- Люди с хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы (врожденные пороки сердца, ишемическая болезнь сердца, сердечная недостаточность);
- Беременные женщины;
- Медицинские работники, работники общественного транспорта, предприятий общественного питания.

Антибиотики

Принимать антибиотики в первые дни заболевания - большая ошибка. Антибиотики не способны справиться с вирусом, кроме того, они неблагоприятно влияют на нормальную микрофлору. Антибиотики назначает только врач, только в случае развития осложнений, вызванных присоединением бактериальной инфекции. Принимать антибактериальные препараты в качестве профилактики развития осложнений - опасно и бесполезно.

Заболевший человек должен оставаться дома и не создавать угрозу заражения окружающих.

Универсальные меры профилактики

- Часто и тщательно мойте руки с использованием мыла и антисептических средств;
- Избегайте контактов с людьми с симптомами респираторной инфекции;
- Придерживайтесь здорового образа жизни (сон, здоровая пища, физическая активность);
- Пейте больше жидкости;
- Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь;
- Реже бывайте в местах массового скопления людей;
- Используйте маску, когда находитесь в транспорте, в людных местах или контактируете с людьми с симптомами респираторной инфекции;
- Избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах;
- Не трогайте лицо, глаза, нос немытыми руками;
- При первых признаках вирусной инфекции – обратитесь к врачу!

ИНФОРМАЦИЯ О КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

В связи с неблагоприятной ситуацией, связанной с новым коронавирусом (2019-nCoV) в Китайской Народной Республике (КНР), в целях недопущения возникновения и распространения в Беларуси случаев заболеваний, вызванных новым коронавирусом, рекомендуется соблюдать следующие меры предосторожности:

- при планировании зарубежных поездок следует уточнять эпидемиологическую ситуацию в регионе выезда;
- в период пребывания за пределами Беларуси не посещать рынки, где продаются животные, морепродукты;
- не посещать зоопарки, культурно-массовые мероприятия с привлечением животных;
- использовать средства защиты органов дыхания (маски); своевременно менять маску, как только она становится сырой/влажной;
- пить только бутилированную воду; употреблять только термически обработанную пищу, воздерживаясь от экзотических и нехарактерных для обычного рациона блюд; исключить прием пищи на улице;
- мыть руки после посещения мест массового скопления людей и перед приемом пищи;
- при первых признаках заболевания обращаться за медицинской помощью в лечебные организации, не допускать самолечения, минимизировать контакты с окружающими;
- при обращении за медицинской помощью на территории Беларуси необходимо вызвать скорую медицинскую помощь, сообщить диспетчеру, что вы посещали страну, в которой регистрировались случаи инфекции, вызванной коронавирусом.