



ГРИП
КОРОНАВИРУС
ОРВИ

#НАДЕНЬ
МАСКУ!

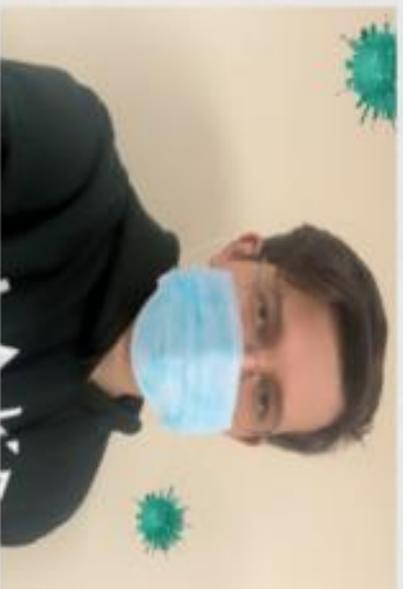


ГРИП
КОРОНАВИРУС
ОРВИ

#ПРИКРЫВАЙ
СВОЙ РОТ
И НОС



МАСКА



ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ОДНОРАЗОВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

✓ КОГДА НАДЕВАТЬ?

Надевайте маску в людных местах, в транспорте, при контактах с людьми, имеющими признаки острой респираторной вирусной инфекции.

При контактах со здоровыми людьми, в случае, если вы больны.

✓ ВАЖНО!

Специальные складки на маске надо развернуть, шитую гибкую пластину в области носа, следует плотно прижать к спинке носа для обеспечения более полного прилегания к лицу

✓ СКОЛЬКО РАЗ?

Медицинскую маску используют однократно

✓ КАК?

Надевать маску следует так, чтобы она закрывала рот, но подбородок и плотно фиксировалась (при наличии завязок на маске их следует крепко завязать).

Если одна из верхностей маски имеет цвет, то маску надевают белой стороной к лицу

✓ КАК ЧАСТО?

Менять маску - 1 раз в 3 часа (или чаще).

Если маска увлажнилась, ее следует заменить на новую

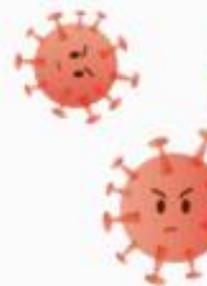
✓ УТИЛИЗАЦИЯ

Выбрасывайте маску сразу после использования

✓ ПОМНИТЕ!

В сочетании с тщательной гигиеной рук и карантинными мерами маска максимально снижает риск заражения гриппом, коронавирусом и ОРВИ

НАДЕНЬТЕ МАСКУ- ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ КОРОНАВИРУСА 2019-nCoV!



КОГДА

- При контактах с людьми, имеющих симптомы ОРВИ (лихорадка, насморк, кашель, чихание, заложенность носа)
- Находясь в людных местах или транспорте
- При контактах с людьми, если у вас есть симптомы ОРВИ

Правильно надетая маска плотно прилегает к лицу, закрывает рот, нос и подбородок. Вшитое крепление маски плотно прижато к спинке носа. Складки маски расправлены.

ВАЖНО

- Меняйте маску на новую каждые 2-3 часа или чаще
- Выбрасывайте маску в урну сразу после использования
- После прикосновения к использованной маске тщательно вымойте руки с мылом
- Не носите маску на безлюдных открытых пространствах. Это не целесообразно.

НЕЛЬЗЯ

- повторно использовать маску



ТОЛЬКО В СОЧЕТАНИИ С ТЩАТЕЛЬНОЙ
ГИГИЕНОЙ РУК И КАРАНТИННЫМИ
МЕРАМИ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ
БУДЕТ МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО
ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ
И РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСА



КОРОНАВИРУС – это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.

Вирус передается



Воздушно-капельным путем при чихании и кашле



Контактным путем

Как не допустить



Не выезжать в очаг заболевания (Китай, г. Ухань)



Избегать посещения массовых мероприятий



Чаше мыть руки

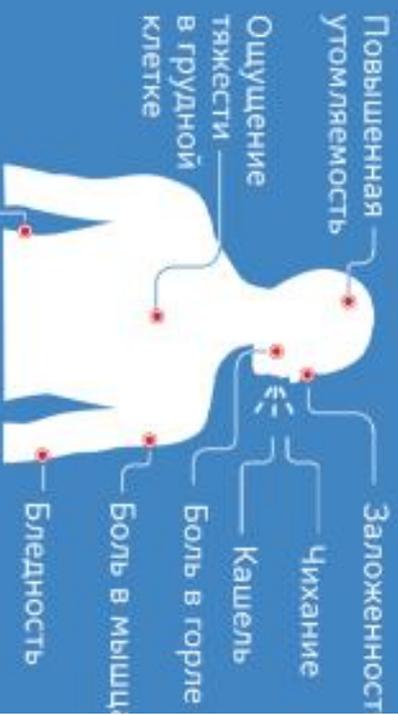


Использовать медицинские маски



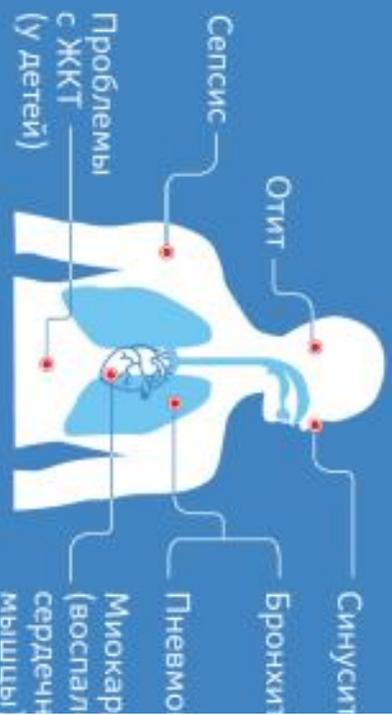
Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания

Симптомы



Повышение температуры, озноб

Осложнения



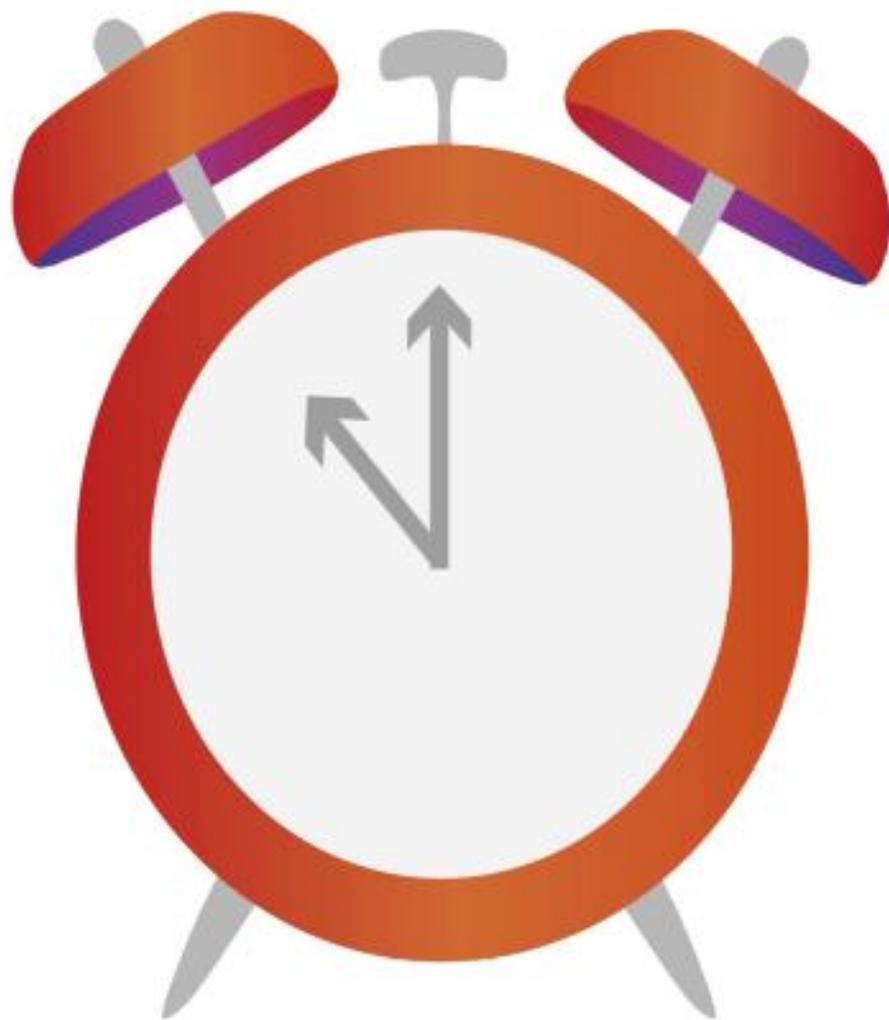
Что делать, если...



Обратиться к врачу



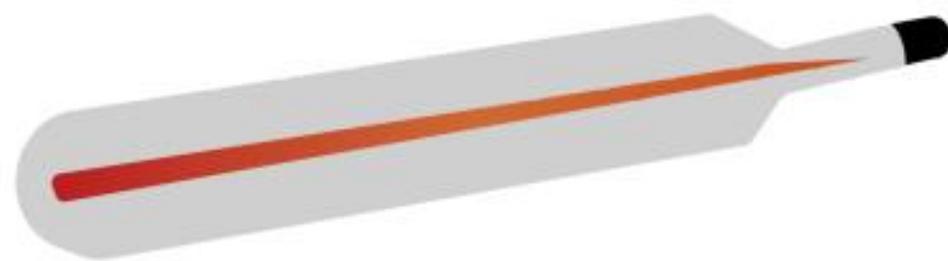
Не заниматься самолечением



cgon.rosпотребнадзор.ru

ГРИП
КОРОНАВИРУС
ОРВИ

#ЗАБОЛЕЛ?
ОСТАНЬСЯ ДОМА!
#ВЫЗОВИ ВРАЧА



ЗАЩИТИСЬ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ

ВИРУСЫ ЕСТЬ ВСЕГДЕ



- ВИРУСЫ ОЧЕНЬ МАЛЫ. МЫ НЕ СМОЖЕМ ИХ УВИДЕТЬ БЕЗ СПЕЦИАЛЬНЫХ ПРИБОРОВ.
- КОГДА ЗАБОЛЕВАЮЩИЙ ЧЕЛОВЕК КАШЛЯЕТ, ЧИХАЕТ, РАССКАШЛИВАЕТ, ВИРУСЫ РАЗНОСЯТСЯ ВОЗДУХ С КОШЕЛЬКАМИ СТОИМ.
- ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК ВОЗКАСАЕТ ЭТИ ВИРУСЫ И ЗАРАЖАЕТСЯ.

КАК ЕЩЕ МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ

- ПРИКОСНУВШАСЬ К ГРЯЗНОЙ ПОВЕРХНОСТИ (ПОДЪЕМНИК, РУКОВОДКА АВТОМОБИЛА, ДЕРЖАНИЕ ЗА РУКОЯТКУ ЛИФТА, ПОДЪЕМНИКА, ПОДЪЕЗДА, ПОДЪЕЗДА, ПОДЪЕЗДА)



- ПРИКАСАЕТСЯ НЕМЫТЫМИ РУКАМИ К НОСУ, РТЦ, ГЛАЗАМ
- ПРИ РУКОПОЖИМАНИЯХ, ПОЦЕЛУЙКАХ И ОБЪЕМАХ

В ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЕ ВИРУСЫ ОСТАЮТСЯ ЖИВЫМИ ДОЛЬШЕ ДВУХ ЧАСОВ!

СИМПТОМЫ



ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА



ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, НЕСТАБИЛЬНОСТЬ



КАШЕЛЬ, ЧИХАНИЕ



ЗАЛОЖЕННОСТЬ НОСА ИЛИ НАСОСНОС



ПЕРШИТЕЛЬ И БОЛЬ В ГОРЛЕ



ПОКРАЩЕННЫЙ ТРАК

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ КОРОНАВИРУСА

8 (800) 550-50-30

Если вы вернулись из страны, в которой зафиксировали COVID-19, нужно позвонить по номеру горячей линии.

- Сообщить о возвращении
- Вызвать врача
- Сформировать больничный лист
- Задать любой вопрос о коронавирусе

ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ И СВОЮ СЕМЬЮ



ГРИП
КОРОНАВИРУС
ОРВИ

#ЧИСТЫЕ
РУКИ-
ТВОЯ ЗАЩИТА