

# COVID-19

## Рекомендации по профилактике коронавирусной инфекции

**И**нфекция передается от больного человека к здоровому при близких контактах.



**К**огда больной человек чихает или кашляет рядом с вами, капельки слизи изо рта и носа больного попадают в воздух, которым вы дышите, на предметы и поверхности, к которым вы прикасаетесь.

**Л**юди старше 60 лет в группе высокого риска, у них возможны опасные осложнения коронавирусной инфекции, в том числе вирусная пневмония.



**Р**еже посещайте общественные места (магазины, аптеки, банки).

**И**збегайте необязательных поездок в общественном транспорте, особенно в часы пик.



**Ч**аще мойте руки с мылом (после кашля, чихания, возвращения с улицы, после контактов с упаковками из магазинов, перед приготовлением пищи).

**Н**е трогайте немытыми руками лицо, рот, нос и глаза – так вирус может попасть в ваш организм.



**П**ри кашле и чихании прикрывайте рот и нос одноразовой бумажной салфеткой и выбрасывайте ее сразу после использования.

**П**ротирайте влажными антисептическими салфетками предметы, которые были с вами в общественных местах и в транспорте (сумки, телефоны, книги и др.).



**П**опросите близких или сотрудников социальной службы помочь с оплатой коммунальных услуг, приобретением товаров дистанционно.

**В** случае любого недомогания старайтесь не посещать поликлинику, а вызывайте врача на дом.



**Е**сли у вас признаки простуды, а ваши близкие выезжали за рубеж в последние 2 недели, обязательно скажите об этом врачу.

**Е**сли ваши близкие вернулись из-за границы и у них появились признаки простуды – ограничьте с ними контакты, требуйте их обращения за медицинской помощью.



**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**