

ОСТОРОЖНО ВИРУС !!!

Автор: site

10.02.2020 00:00 - Обновлено 11.02.2020 06:26

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ?

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ

- 1. Тщательно мыть руки мылом после посещения туалета
- 2. Мой руки после кашля, чихания, sneezing
- 3. Если нет возможности мыть руки с мылом, использовать антисептический гель
- 4. Не трогать глаза, нос, рот грязными руками
- 5. Закапывать и закапывать нос, высмаркиваться
- 6. В общественном транспорте использовать одноразовый платок
- 7. Надевать медицинскую маску в людных местах и в транспорте
- 8. Избегать контактов с заболевшими

КАШЕЛЬ? НАСМОТРЕТЬ ТЕМПЕРАТУРУ?

- 1. Оставайтесь дома
- 2. Если вы чувствуете необходимость выйти, надевайте маску



www.vsp.ru/covid19

ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ

ВИРУСЫ ЕСТЬ ВСЕГДА

- Вирус очень мал, вы не сможете их увидеть без микроскопа
- Когда зараженный человек кашляет, чихает, разговаривает, вирус распространяется вокруг с капельками слюны
- Здоровый человек вдыхает эти вирусы и заболевает

КАК ЕЩЕ МОЖНО ЗАЩИТИТЬСЯ?

- Избегать контактов с людьми, заболевшими в последние дни перед началом эпидемии
- Избегать людных мест, особенно в часы пик
- Избегать поездок в общественном транспорте
- Избегать поездок в самолетах, поездах, автобусах
- Избегать поездок в метро
- Избегать поездок в автобусах
- Избегать поездок в метро

В зараженной среде вирус остается живым до двух часов!

СИМПТОМЫ

- 1. Заложенность носа или насморк
- 2. Першение и боль в горле
- 3. Покраснение глаз
- 4. Головная боль, температура
- 5. Кашель, чихание

