ЗАЩИТИСЬ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ

ВИРУСЫ ЕСТЬ ВЕЗДЕ

- ВИРУСЫ ОЧЕНЬ МАЛЫ, МЫ НЕ СМОЖЕМ ИХ УВИДЕТЬ БЕЗ МИКРОСКОПА
- КОГДА ЗАБОЛЕВШИЙ ЧЕЛОВЕК КАШЛЯЕТ, ЧИХАЕТ, РАЗГОВАРИВАЕТ, ВИРУСЫ РАЗНОСЯТСЯ ВОКРУГ С КАПЕЛЬКАМИ СЛЮНЫ
- ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК ВДЫХАЕТ ЭТИ ВИРУСЫ И ЗАРАЖАЕТСЯ

КАК ЕЩЁ МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ

- ПРИКОСНУВШИСЬ К ЛЮБОЙ ТВЕРДОЙ ПОВЕРХНОСТИ ИЛИ ПРЕДМЕТУ, ЕСЛИ ТАМ ЕСТЬ ВИРУСЫ (СТОЛ, ДВЕРНАЯ РУЧКА, ТЕЛЕФОН, ИГРУШКА, ПЕРИЛА)

- ПРИКАСАЯСЬ НЕМЫТЫМИ РУКАМИ К НОСУ, РТУ, ГЛАЗАМ
- ПРИ РУКОПОЖАТИЯХ, ПОЦЕЛУЯХ И ОБЪЯТИЯХ

В ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЕ ВИРУСЫ ОСТАЮТСЯ ЖИВЫМИ ДОЛЬШЕ ДВУХ ЧАСОВ!

СИМПТОМЫ:

- ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА
- ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, УСТАЛОСТЬ
- КАШЕЛЬ, ЧИХАНИЕ

- ЗАЛОЖЕННОСТЬ НОСА ИЛИ НАСМОРК
- ПЕРШЕНИЕ И БОЛЬ В ГОРЛЕ
- ПОКРАСНЕНИЕ ГЛАЗ

ЧТО НАДО ЗНАТЬ О КОРОНАВИРУСЕ

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

Чаще мыть руки

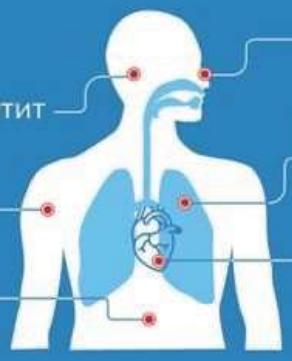
Использовать медицинские маски

Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания

Симптомы

- Повышенная утомляемость
- Ощущение тяжести в грудной клетке
- Заложенность носа
- Чихание
- Кашель
- Боль в горле
- Боль в мышцах
- Бледность
- Повышение температуры, озноб

Осложнения



- Синусит
- Отит
- Бронхит
- Сепсис
- Пневмония
- Проблемы с ЖКТ (у детей)
- Миокардит (воспаление сердечной мышцы)

Что делать, если...

Обратиться к врачу

Не заниматься самолечением