



Искитимский филиал  
ГАПОУ Новосибирской области  
«Новосибирский медицинский колледж»

# Профилактика короновирусной инфекции – COVID-19

Выполнила студентка  
Кругликова Дарья Дмитриевна  
Специальность 34.01.02  
Сестринское дело  
227 группа

Искитим  
2021г.

# Оглавление

01

## Ознакомление с COVID-19

Возникновение и распространение;  
Пути передачи;  
Клиническая картина.

02

## Профилактика COVID-19

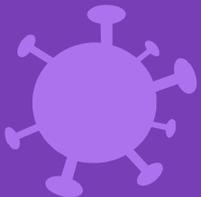
Личная гигиена;  
Самоизоляция;  
Дети и COVID-19;  
Рекомендации для граждан 60+;  
Что делать если в семье кто-то заболел?

03

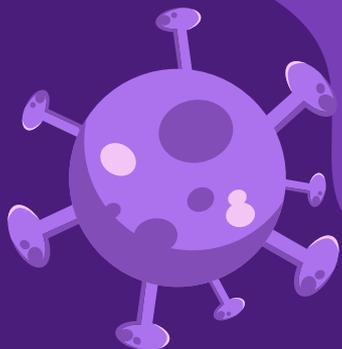
## Заключение;

**Список использованных источников.**

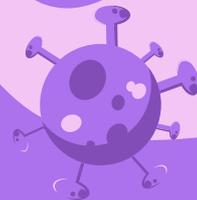
# Введение



**COVID-19** (коронавирусная инфекция 2019 года), ранее коронавирусная инфекция 2019-nCoV — потенциально тяжёлая острая респираторная инфекция, вызываемая коронавирусом SARS-CoV-2 (2019-nCoV).



Впервые о новом виде вирусной инфекции 2019-nCoV заговорили в середине декабря 2019 года. Так, один из первых врачей — Ли Вэньлян рассказал о новом коронавирусе во время исследования возбудителя атипичной пневмонии у множества больных, вспышка которой и произошла в конце 2019 в г. Ухань (провинция Хубей, Китай).



# Ознакомление с COVID-19

## Возникновение и распространение

Коронавирус нового типа COVID-19 возник в Уханьской лаборатории, ее работник стал "нулевым пациентом". Институт вирусологии находится в 20 милях от рынка морепродуктов. Сотрудник лаборатории случайно заразился коронавирусом от летучей мыши в лаборатории, а затем распространил его среди жителей города.



По состоянию на 14.03.2021 официально подтверждено 119,874,650 случаев инфицирования человека, из которых выздоровело — 67,895,977, умерло — 2,653,644.

В России на 14.03.2021 выявлено 4,400,045 случаев инфицирования человека, из которых выздоровело — 4,003,576, умерло — 92,494.

# Ознакомление с COVID-19

## Пути передачи



Коронавирусы передаются от животных людям. На 2020 год несколько известных коронавирусов циркулируют у животных, которые еще не заразили людей.

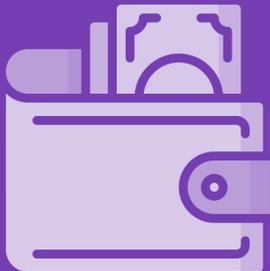


Респираторные инфекции распространяются через капли жидкости разного размера. Согласно имеющимся на конец марта 2020г. данным, вирус COVID-19 передается преимущественно через респираторные капли, а также контактным путем. В публикации по результатам анализа 75 465 случаев инфицирования COVID-19 в Китае, о аэрогенном пути передачи этого вируса не сообщается.



# Ознакомление с COVID-19

## Пути передачи



20 марта 2020 года стало известно о том, что коронавирусом можно заразиться от денег. В одной из финансовой организации задумались об установке в банкоматы специального оборудования, которое будет подвергать деньги обработки ультрафиолетом или же озоном. Тем не менее на это потребуется много времени и средств, говорится в публикации.

В июне 2020г. член специальной экспертной комиссии государственного комитета по вопросам здравоохранения КНР, заявила, что вирус COVID-19 является особенным и обладает способностью выживать при низких температурах.

В связи с этим она высказала опасение, что коронавирус может перевозиться вместе с охлажденными или замороженными продуктами.



# Ознакомление с COVID-19

## Клиническая картина

### Первые признаки заболевания



Повышение  
температуры тела



Ощущается  
першение в горле



Теряются вкусовые  
ощущения и обоняние



Сухой кашель



Появление слабости,  
упадка сил



Начинает болеть  
голова

Инкубационный период COVID-19 составляет от 1 до 14 суток. Однако, зараженный человек становится заразным для окружающих до появления первых проявлений болезни. Симптомы же появляются в среднем на 5-6 сутки.

Сложность состоит в отсутствии у COVID-19 ни одного специфического признака, свойственного лишь этому заболеванию. Все означенные признаки могут проявляться в связи с заболеваниями самыми различными болезнями, в том числе легко переносимыми организмом.

# Ознакомление с COVID-19

## Клиническая картина

### Основные симптомы COVID-19

Сухой раздражающий кашель, иногда с небольшим количеством мокроты

Аносмия (потеря обоняния)

Нарушение дыхания, одышка (пик на 6-8 сутки от дня заражения)

Боль в мышцах (миалгия) и/или суставах (артралгия)

Слабость, потеря сил, чувство разбитости



Лихорадка с температурой тела до 38-39,5 °С

Заложенность носа, насморк

Головные боли, головокружение

Дискомфорт и ощущение заложенности в грудной клетке, особенно при вдохе

Признаки гастроэнтерита (диарея, тошнота с приступами рвоты)

# Профилактика COVID-19

## Основные принципы профилактики



Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.



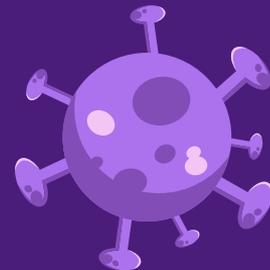
Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, аэропортах и других системах общественного транспорта. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица.



Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.



Также старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками.



# Профилактика COVID-19

## Основные принципы профилактики



Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется.



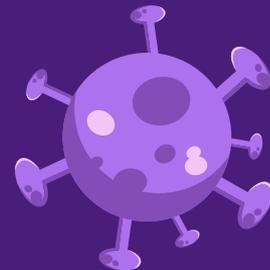
Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.



Не ешьте еду из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.



На работе или учебе - регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь.



# Профилактика COVID-19

## Личная гигиена

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, а также при уходе за больным, но она нецелесообразна на открытом воздухе.



Ношение масок



Гигиена рук



Полоскание  
рта и горла



Питье горячей воды

Вирус может жить только на ваших руках, в течение 5-10 минут. Но за эти 5-10 минут может произойти что угодно (вы можете потереть руками глаза или прикоснуться к носу).

Исследователи считают, что жидкость для полоскания рта может разрушить оболочку вируса, предотвращая его размножение во рту и горле.

Вирус не является термостойким и погибает при температуре 26-27 градусов. Горячая вода не лекарство, полезна для здоровья, эффективна при всех вирусах.

# Профилактика COVID-19

## Самоизоляция

Самоизоляция – самая эффективная мера, способная сдержать темпы распространения нового коронавируса, вызывающего COVID-19.

01

При необходимости покинуть дом – строго соблюдать правила личной и респираторной гигиены, по возвращении домой - обязательно вымыть руки с мылом.

02

Не распространяется режим самоизоляции на людей, нахождение которых на рабочем месте является критически важным для обеспечения их функционирования, в том числе, на работников здравоохранения.

03

На время, пока разные страны мира борются с корона вирусом, не следует путешествовать за границу. В особенности туда, где ситуация с коронавирусом крайне тяжелая.

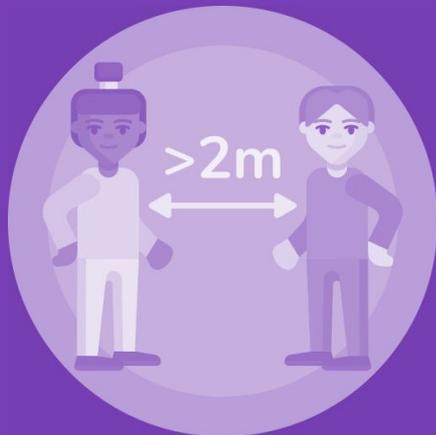


# Профилактика COVID-19

## Дети и COVID-19

**Стоит ли брать детей с собой в магазин или общественные места?**

Идти с ребенком в магазин или другие общественные места – это создавать ситуацию дополнительного риска инфицирования. Детей лучше оставить дома, в крайнем случае, под присмотром на детской площадке.



**Как правильно гулять, когда риски сохраняются?**

Необходимо соблюдать социальную дистанцию, по возможности, носить маски и перчатки.

При длительной прогулке необходимо периодически обрабатывать руки дезинфицирующими средствами.

# Профилактика COVID-19

## Дети и COVID-19

### Нужно ли детям носить маску?

Надеть на маленького ребенка маску непросто, поэтому для детей в возрасте до 7 лет основная рекомендация – это сохранение социальной дистанции.

Дети старшего возраста, подростки маски должны носить обязательно.



### Болеют ли дети коронавирусом?

Дети тоже болеют коронавирусной инфекцией, хотя, в целом, по статистике, заболевших среди них меньше.

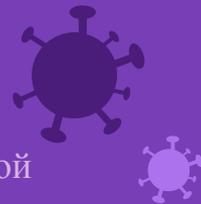
Дети гораздо легче переносят коронавирусную инфекцию, среди них много бессимптомного носительства и стертых форм заболевания.

Они оказываются источником инфекции гораздо чаще, чем взрослые.



# Профилактика COVID-19

## Рекомендации для граждан 60+



Попросите своих близких или сотрудников социальной службы помочь с оплатой коммунальных услуг, приобретением продуктов или необходимых товаров дистанционно.



Часто мойте руки с мылом, гигиена очень важна для Вашего здоровья. Не трогайте грязными руками лицо, рот, нос и глаза — так вирус может попасть в Ваш организм.



Если Ваши близкие вернулись из-за границы и у них появились признаки простуды — ограничьте с ними контакты и настоятельно требуйте их обращения за медицинской помощью.

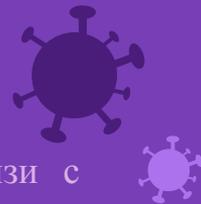


Постарайтесь реже посещать общественные места.



# Профилактика COVID-19

## Рекомендации для граждан 60+



Если Вы заболели или почувствовали себя нехорошо (не только в связи с простудными признаками, но и по другим проблемам со здоровьем, например, давлением) — не ходите в поликлинику, а вызывайте врача на дом.



Пользуйтесь влажными салфетками для дезинфекции. Протирайте ими сумки, телефоны, книги и другие предметы, которые были вместе с Вами в общественных местах и в транспорте.



Запаситесь одноразовыми бумажными платочками. При кашле и чихании прикрывайте ими рот и нос и выбрасывайте салфетку сразу после использования.



Тщательно соблюдайте рекомендации врача по лечению имеющихся у Вас хронических заболеваний.



# Профилактика COVID-19

## Что делать, если в семье кто-то заболел?



1. Вызовите врача.



4. Каждые 2 часа проветривайте помещение.



7. Часто мойте руки с мылом.



2. Выделите больному отдельную комнату или соблюдайте дистанцию не менее 1 метра.



5. Как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности.



8. Ухаживая за больным используйте маски и перчатки.



3. Ограничить контакт с зараженными.



6. Выделите больному отдельную посуду и дезинфицируйте ее.



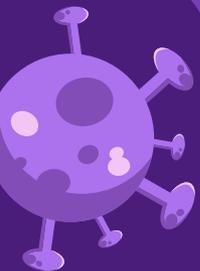
9. Ухаживать за больным должен только один член семьи.

# Заключение

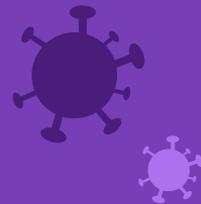
В конце декабря 2019 года появились сведения о новом виде коронавирусной инфекции. Первый случай был зарегистрирован в китайской провинции Хубэй. Сегодня вирус проник практически во все страны земного шара и получил собственное обозначение: COVID-19.

Новый коронавирус уже успел приобрести статус пандемии. Ежедневно ведутся отчеты о распространении COVID-19.

Чтобы минимизировать риски заражения, каждому человеку необходимо тщательно ознакомиться со всей достоверно известной информацией о заболевании.



# Список использованных источников



- [Статистика заболеванием коронавирусом](#)
- [COVID-19 коронавирус: симптомы, инкубационный период, меры предосторожности. Опасность для пожилых людей](#)
- [COVID-19 – симптомы и лечение](#)
- [Коронавирус COVID-19](#)
- [Коронавирус COVID-19. Только актуальная и достоверная информация](#)
- [Коронавирус – симптомы, признаки, общая информация, ответы на вопросы — Минздрав России](#)
- [Часто задаваемые вопросы о коронавирусе](#)
- [Рекомендации по профилактике новой коронавирусной инфекции для тех, кому 60 и более лет](#)

