



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

Профилактика коронавирусной инфекции

Тула,
2020



Что такое коронавирус?

КОРОНАВИРУС (COVID-19) – это возбудитель вирусной инфекции, которая вызывает проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.





МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

ИЗВЕСТНО 3 ПУТИ ПЕРЕДАЧИ ВИРУСА:

- **воздушно-капельный** - выделение вируса происходит при кашле, чихании, разговоре;
- **воздушно-пылевой;**
- **контактный** - через поверхности и предметы обихода.





МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

КАК НЕ ЗАРАЗИТЬСЯ?

- **Избегайте посещения массовых мероприятий;**
- Не контактируйте с людьми с ОРВИ;
- **Чаще мойте руки с мылом;**
- Не прикасайтесь голыми руками к предметам и поверхностям в общественных местах;
- Прикасайтесь к лицу и глазам только чистыми руками или одноразовой салфеткой;
- **Используйте медицинские маски** в людных местах и в транспорте;
- **Проветривайте помещение, в котором находитесь, и делайте влажную уборку.**





СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ

ЧАСТО:

- Повышение температуры;
- Кашель;
- Одышка;
- Боли в мышцах;
- Утомляемость;
- Ощущение заложенности в грудной клетке.



РЕДКО:

- Головные боли;
- Кровохарканье;
- Диарея;
- Тошнота;
- Рвота;
- сердцебиение.



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ

При первых признаках
заболевания **обращаться за**
медицинской помощью в
лечебные организации и **не**
допускать **эпидемии.**





МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ



ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ШКОЛЬНИКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ И РАННЕМУ ВЫЯВЛЕНИЮ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

- Обращайте внимание на состояние здоровья детей (температура, вялость, покрасневшие глаза, нос, насморк, кашель, жалобы на головную боль).
- Расскажите детям о соблюдении ими правил профилактики инфекций – мытье рук, социальная дистанция, личная гигиена, использование антисептиков.
- Успокойте детей: дети болеют коронавирусной инфекцией редко (Чуть более 2% случаев зарегистрировано среди людей младше 18 лет. 97% из них переносят инфекцию легко).
- Поддерживайте у детей позитивный настрой, бодрость, формируйте осознанное желание выполнять требования профилактики инфекций.
- До выхода в школу не забывайте измерять температуру (оставаясь с ребенком дома и вызывая врача).
- Расскажите ребенку, что в школе предпринимать меры профилактики – это его право.
- Обязательно оставьте свои контакты учителя, чтобы смогли связаться преподаватели, медики.
- Обращайте внимание и на свое здоровье. Если у вас появились симптомы (насморк, кашель, повышение температуры), вызовите врача на дом. И **БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**



ПАМЯТКА ПЕДАГОГАМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ И РАННЕМУ ВЫЯВЛЕНИЮ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

- Обращайте внимание на состояние здоровья детей (температура, вялость, покрасневшие глаза, нос, насморк, кашель, жалобы на головную боль). Настораживает появившаяся вялость ребенка, отказ детей от участия в образовательном процессе, отказ от еды.
- Если такие признаки появились, следует сразу поставить об этом в известность медицинского работника, изолировать ребенка.
- Расскажите детям о соблюдении ими правил профилактики инфекций – мытье рук, социальная дистанция, личная гигиена, использование антисептиков.
- Контролируйте соблюдение во время приема пищи обучающимися социальной дистанции, недопустимо пользование одними теми же столовыми приборами (вилки, ложки, ножи, стаканы и др.) разными детьми.
- Поддерживайте у детей позитивный настрой, бодрость, формируйте осознанное желание выполнять требования профилактики инфекций.
- При отсутствии медицинского работника в образовательной организации необходимо поставить в известность руководителя образовательной организации, который организует информирование медицинской организации, закрепленной за указанной образовательной организацией.
- Обращайте внимание и на свое здоровье. При появлении признаков простудного заболевания: боль в горле, насморк, кашель, повышение температуры, потеря обоняния – наденьте маску, прекратите общение с родственниками, вызовите врача на дом. Не занимаетесь самолечением!

ЗАЩИТИТЬСЯ 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 ЕЩЕ 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

СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ

- ТЩАТЕЛЬНО МОЙ РУКИ ПЕРВУЮ ВЕРНУВШИСЬ ДОМОЙ, ПЕРЕД ЕДОЙ, ПОСЛЕ ТУАЛЕТА
- МОЙ РУКИ ПОСЛЕ КАШЛЯ, ЧИХАНИЯ, СМОРКАНИЯ
- ЕСЛИ ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТИ ВЫМЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ, ИСПОЛЬЗУЙ АНТИСЕПТИЧЕСКИЙ ГЕЛЬ
- НЕ ТРОГАЙ ГЛАЗА, НОС, РОТ ГРЯЗНЫМИ РУКАМИ
- ЗАНИМАЙСЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ, ВЫСЫПАЙСЯ
- В КОМНАТЕ ВСЕГДА ДОЛЖЕН БЫТЬ СВЕЖИЙ ВОЗДУХ - ПРОВЕТРИВАЙ!
- НАДЕВАЙ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ В ЛЮДНЫХ МЕСТАХ И В ТРАНСПОРТЕ
- ИЗБЕГАЙ КОНТАКТОВ С ЗАБОЛЕВШИМИ



КАШЕЛЬ? НАСМОРК? ТЕМПЕРАТУРА?

- ✓ ОСТАВЬСЯ ДОМА (ЧТОБЫ БЫСТРЕЕ ПОПРАВИТЬСЯ И НИКОГО НЕ ЗАРАЗИТЬ)



Если у вас появились вопросы, мы готовы на них ответить.
Получайте информацию только из проверенных источников

- «Горячая линия» министерства здравоохранения Тульской области:
[8-800-44-44-003](tel:8-800-44-44-003).
- [СТОПКОРОНАВИРУС.РФ](https://xn--80aesfpebagmfblc0a.xn--p1ai/)
<https://xn--80aesfpebagmfblc0a.xn--p1ai/>
- Единая горячая линия
- [8-800-2000-112](tel:8-800-2000-112)
- Время работы: с 9:00 до 18:00 часов, с понедельника по субботу.



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛ

