

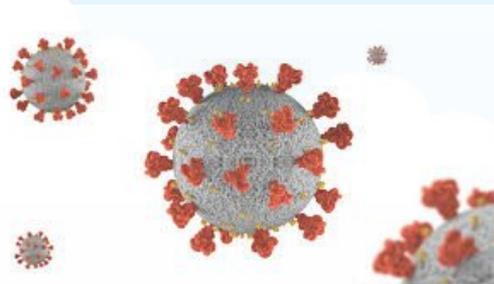
# «Неделя безопасности»

«Бережём здоровье  
летом»

Еремеева О.А.



# Летние опасности



# Коронавирус

## КОРОНАВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ – ВАЖНЫЕ ВОПРОСЫ

### Что такое коронавирусы?

- ▶ Коронавирусы – это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но иногда могут передаваться человеку
- ▶ Может вызывать тяжелые заболевания: ближневосточный респираторный синдром (Mers) и тяжелый острый респираторный синдром (Sars)

### В чем разница между коронавирусом и вирусом гриппа?

- ▶ Коронавирус и вирус гриппа могут иметь сходные симптомы, но генетически они абсолютно разные
- ▶ Инкубационный период вирусов гриппа – 2-3 дня
- ▶ Инкубационный период коронавируса – до 14 дней

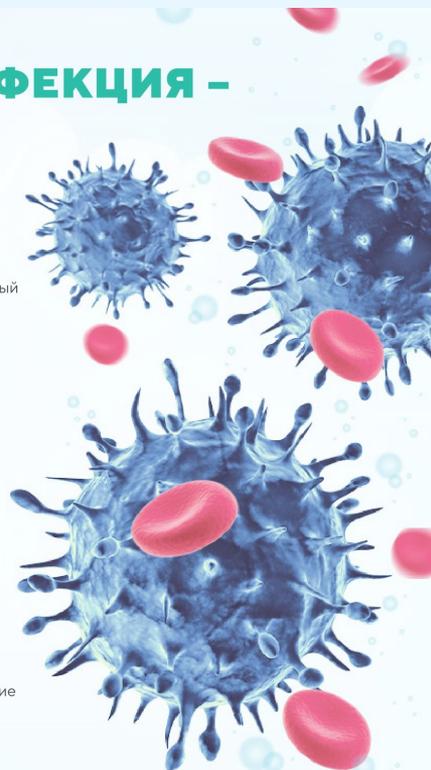
### Карантинные пункты (обсерваторы)

Важная профилактическая мера и требование Роспотребнадзора, открываются во всех регионах РФ:

- ▶ создаются для наблюдения за ЗДОРОВЫМИ людьми;
- ▶ в течение 2 недель прибывших в центр осматривают врачи;
- ▶ при проявлении даже небольших симптомов (температура, покашливание и пр.) больные направляются в инфекционные отделения стационаров

### Несут ли угрозу медики, работающие в карантинных пунктах?

- ▶ Все находятся в полной безопасности. Медики работают в соответствии с санитарными требованиями Роспотребнадзора
- ▶ На территории обсерваторов установлен противоэпидемический, дезинфекционный режим по типу инфекционного отделения

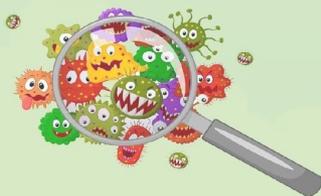


- ☎ Телефон «горячей линии» Минздрава ЧО по коронавирусу: 8(351) 240-15-16
- 🌐 vk.com/pressminzdrav74
- 📍 <https://www.instagram.com/minzdrav74>
- 📄 [ok.ru/profile/577869390227](https://ok.ru/profile/577869390227)
- 📺 telegram-канал «Минздравствуйте»



# 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



# КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ?

## СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ

- ✓ ТЩАТЕЛЬНО МОЙ РУКИ ВЕРНУВШИСЬ ДОМОЙ, ПЕРЕД ЕДОЙ, ПОСЛЕ ТУАЛЕТА
- ✓ МОЙ РУКИ ПОСЛЕ КАШЛЯ, ЧИХАНЬЯ, СМОРКАНИЯ
- ✓ ЕСЛИ НЕТ 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?

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

[egon.rospotrebnadzor.ru](http://egon.rospotrebnadzor.ru)



## Правила использования одноразовой медицинской маски

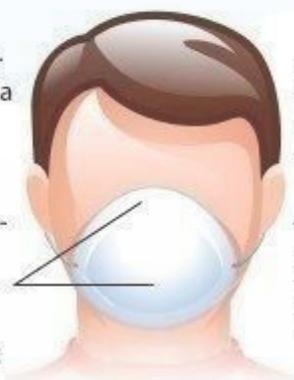
Маска защищает не от самого вируса, а от капелек, которые образуются при кашле или чихании у больного человека



*Неправильное ношение маски может фактически не уменьшить, а увеличить риск заражения*

- Срок службы одноразовой маски – один-два часа

- Маска не должна прикрывать лишь губы, а должна плотно прилегать к лицу, закрывая не только рот, но и нос



- После прикосновения к использованной маске следует тщательно вымыть руки с мылом

- Использованную одноразовую маску следует немедленно выбрасывать в отходы

- Защищаться маской на улице не рекомендуется

- Носить защитные маски от гриппа и ОРВИ нужно в закрытых помещениях, где есть больной человек, а также в местах с большим скоплением людей



*Согласно исследованиям эпидемиологов, ношение защитной медицинской маски и частое мытье рук снижает риск заболеть гриппом на 50%.*



# НАДЕНЬТЕ МАСКУ- ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ КОРОНАВИРУСА 2019-nCoV!

## КОГДА

- При контактах с людьми, имеющих симптомы ОРВИ (лихорадка, насморк, кашель, чихание, заложенность носа)
- Находясь в людных местах или транспорте
- При контактах с людьми, если у вас есть симптомы ОРВИ

Правильно надетая маска плотно прилегает к лицу, закрывает рот, нос и подбородок. Вшитое крепление маски плотно прижато к спинке носа.

Складки маски расправлены.

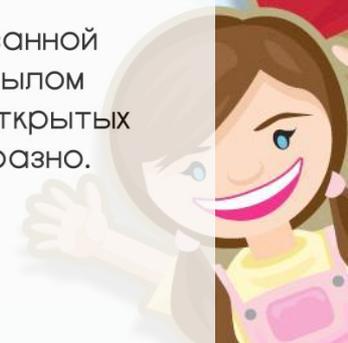
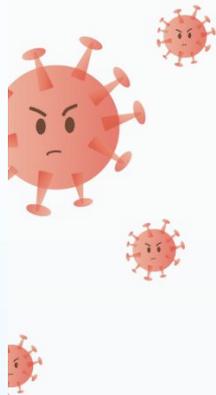
## ВАЖНО

- Меняйте маску на новую каждые 2-3 часа или чаще
- Выбрасывайте маску в урну сразу после использования
- После прикосновения к использованной маске тщательно вымойте руки с мылом
- Не носите маску на безлюдных открытых пространствах. Это не целесообразно.

## НЕЛЬЗЯ

- повторно использовать маску

ТОЛЬКО В СОЧЕТАНИИ С ТЩАТЕЛЬНОЙ ГИГИЕНОЙ РУК И КАРАНТИННЫМИ МЕРАМИ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ БУДЕТ МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ И РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСА 2019- nCoV











Т = ЗД

