

## Рекомендации родителям на период пандемии коронавируса

Роспотребнадзор опубликовал рекомендации родителям на период эпидемии коронавирусной инфекции:

1. На период ограничительных мероприятий необходимо исключить, а, если такое невозможно, то максимально ограничить контакты детей.
2. Для максимального снижения риска инфицирования детям лучше оставаться дома. При этом необходимо регулярно проветривать помещение, не реже 1 раза в день проводить влажную уборку с применением дезинфицирующих средств. Важно сразу провести дезинфекцию помещения, а также предметов, упаковки продуктов после доставки их домой.
3. Нужно полностью исключить посещения каких-либо учреждений, мест общественного питания, торговли, образовательных и развлекательных центров, а также других мест общественного пользования.
4. К местам общественного пользования, которые не следует посещать, относятся детские площадки дворов и парков.
5. Гулять с детьми можно на собственных приусадебных участках и площадках, находящихся в индивидуальном пользовании.
6. Посещение лесопарковых зон возможно только при исключении общения с другими взрослыми и детьми, при отсутствии вокруг других отдыхающих.
7. Перед вынужденным выходом из квартиры ребенку по возможности нужно объяснить, что за пределами квартиры нельзя прикасаться руками к лицу и к каким-либо предметам: дверным ручкам, поручням и перилам, стенам, кнопкам лифта и др.
8. После возвращения домой необходимо обработать руки дезинфицирующим средством, снять одежду, тщательно с мылом помыть руки и другие открытые участки кожи, особо обратив внимание на лицо, прополоскать рот, аккуратно промыть нос (неглубоко).
9. Следует помнить, что при достаточной влажности и невысокой температуре коронавирус может сохранять жизнеспособность в течение длительного времени, до 3 суток и более. У некоторых людей, независимо от возраста, вирус может давать лёгкую или стертую форму заболевания. Именно такие люди наиболее часто становятся источником заболевания.

# **STOP, КОРОНАВИРУС!**

## **как не допустить в офис инфекцию**



**Мойте руки**



**Проветривайте  
помещение**



**Не здоровайтесь  
за руку**



**Пейте чай  
с ЛИМОНОМ**



**Лечитесь дома**

# COVID-19

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

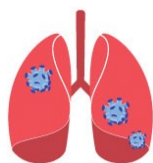
## КОМУ НУЖНО ПРОЙТИ ТЕСТ НА КОРОНАВИРУС ?



**1. ВСЕМ, кто вернулся из стран, где идёт вспышка COVID19, и имеет симптомы болезни.** Врач возьмёт анализ на дому.



**2. ВСЕМ, кто контактировал с заразившимися COVID19, и находится под наблюдением.** Врач возьмёт анализ на дому или в стационаре.



**3. ВСЕМ, кому поставили диагноз «пневмония».** Врач возьмёт анализ в стационаре.

### СИМПТОМЫ

- слабость
- затрудненное дыхание
- головная боль
- повышение температуры
- сухой кашель

### ВАЖНО:

Решение о необходимости анализа принимает только врач.

Анализ на коронавирус проводят методом ПЦР (полимеразная цепная реакция).

Анализ выявит вирусные частички.

Для исследования берут носоглоточную слизь или другие биологические жидкости.

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!**

# COVID-19

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

## ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

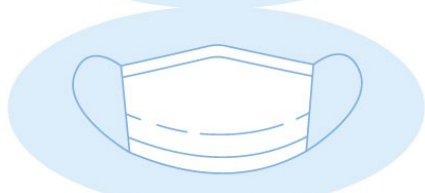
### ЗАЩИТИ СЕБЯ



**З**акрывайте рот и нос при чихании и кашле



**А**нтисептиками и мылом с водой обрабатывайте руки и поверхности



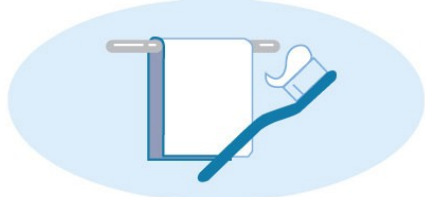
**Щ**еки, рот и нос закрывайте медицинской маской



**И**збегайте людных мест и контактов с больными людьми



**Т**олько врач может поставить диагноз – вызовите врача, если заболели



**И**спользуйте индивидуальные средства личной гигиены





# МЕДИЦИНСКАЯ МАСКА



## ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ОДНОРАЗОВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ



### КОГДА НАДЕВАТЬ?

Надевайте маску в людных местах, в транспорте, при контактах с людьми, имеющими признаки острой респираторной вирусной инфекции.  
При контактах со здоровыми людьми, в случае, если вы больны.



### ВАЖНО!

Специальные складки на маске надо развернуть, вшитую гибкую пластину в области носа, следует плотно прижать к спинке носа для обеспечения более полного прилегания к лицу



### СКОЛЬКО РАЗ?

Медицинскую маску используют однократно



### КАК?

Надевать маску следует так, чтобы она закрывала рот, нос, подбородок и плотно фиксировалась (при наличии завязок на маске их следует крепко завязать).  
Если одна из поверхностей маски имеет цвет, то маску надевают белой стороной к лицу



### КАК ЧАСТО?

Менять маску - 1 раз в 3 часа (или чаще).  
Если маска увлажнилась, ее следует заменить на новую



### УТИЛИЗАЦИЯ

Выбрасывайте маску сразу после использования



### ПОМНИТЕ!

В сочетании с тщательной гигиеной рук и карантинными мерами маска максимально снизит риск заражения гриппом, коронавирусом и ОРВИ