Приложение к приказу

МКУ «ЦСО» Гурьевского района

от 17.03.2020 №29-о

Памятка

по профилактике коронавирусной инфекции

 **Коронавирусная инфекция** – острое инфекционное заболевание, характеризующееся воспалением дыхательных путей, интоксикацией.

 Люди старше 60 лет в группе особого риска, у них возможны опасные осложнения.

Заражение происходит:

- воздушно-капельным путём;

- контактно-бытовым путём (при попадании вируса на слизистые оболочки глаз, рта и носа).

**КАКОВЫ СИМПТОМЫ ГРИППА/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ**

высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит.

В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея.

**КАКОВЫ ОСЛОЖНЕНИЯ**

Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идёт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких.  Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни.

**МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ**

- избегайте контактов с людьми с симптомами респираторной инфекции;

- воздержитесь от посещения мест массового скопления людей;

- используйте средства защиты органов дыхания (одноразовые медицинские маски), если контактируете с людьми с симптомами респираторной инфекции;

- мойте руки с использованием мыла и антисептических средств на спиртовой основе как можно чаще, в том числе после посещения мест массового скопления людей;

- не касайтесь глаз, рта и носа руками, если они не вымыты или не обработаны антисептиком;

- употребляйте только термически обработанную пищу, бутилированную или кипячёную воду;

- не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы;

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

- избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щёку;

- регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран монитора, дверные ручки и поручни).

**ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?**

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.

Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

Специалист по охране труда Е.С. Устюжанина