

COVID-19 ЭПИДЕМИЯ КОРОНАВИРУСА

ЗНАЙТЕ

COVID-19 - это новый респираторный вирус, впервые выявленный в декабре 2019 года в городе Ухань, Китай. Он передается воздушно-капельным путем от человека к человеку.



*Симптомы могут появиться в течении 14 дней после факта заражения



Кто больше всех подвержен заражению?

- Люди старше 60 лет
- Люди с хроническими заболеваниями сердца, диабетом и другими острыми болезнями



Как передается вирус?

- При тесном контакте с болеющими
- Воздушно-капельным путем: от чихов и кашля
- При соприкосновении с зараженной поверхностью



В настоящее время от коронавируса нет вакцины или специального лечения.



БУДЬТЕ ГОТОВЫ



Получайте информацию только с достоверных источников. Проверяйте все факты о коронавирусе, не верьте рассылкам и фейкам



Регулярно мойте руки с мылом. Как можно чаще используйте антисептик



Чихайте в локоть. Используйте специальные салфетки при кашле. После их использования в обязательном порядке мойте руки.

ДЕЙСТВУЙТЕ



Избегайте контакта с людьми, имеющими симптомы гриппа и ОРВИ. Оставайтесь дома. Воздержитесь от посещения общественных мест во время карантина.



Не трогайте Ваше лицо грязными руками



Дезинфицируйте ваше местонахождение. Не потребляйте еду из общей посуды. Не пользуйтесь общими средствами гигиены



Не занимайтесь самолечением. Если Вы заподозрили у себя симптомы коронавируса, ОРВИ или гриппа сразу же вызывайте скорую помощь

 **1406**

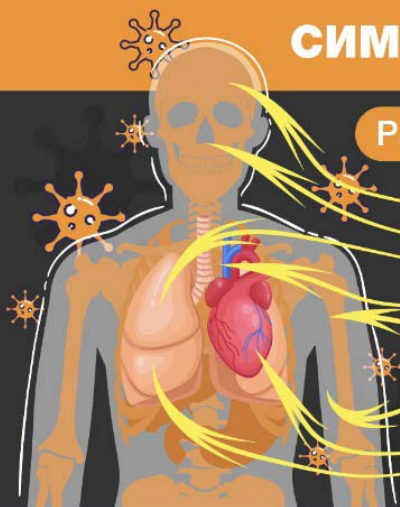
#Birgemiz



Министерство здравоохранения
Республики Казахстан

СИМПТОМЫ КОРОНАВИРУСА

Распространяется респираторным путем



- Головная боль
- Насморк
- Боль в груди
- Пневмония
- Лихорадка
- Повышенная температура
- Ускоренное сердцебиение
- Учащенное дыхание

ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ:



Мыть руки антисептическим мылом



Избегать близкого контакта с зараженными



Хорошо обжаривать / проваривать мясо и яйца



Пользоваться салфетками при насморке и кашле



Избегать контакта с дикими животными и скотом

При симптомах звонить **103**

Доп информация **1406**



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН



КОМИТЕТ КОНТРОЛЯ КАЧЕСТВА
И БЕЗОПАСНОСТИ ТОВАРОВ И УСЛУГ
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН



НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

КАКИЕ СУЩЕСТВУЮТ МЕТОДЫ ЗАЩИТЫ ОТ НОВОГО КОРОНАВИРУСА?

Поддерживайте хорошую гигиену рук. Часто мойте руки с мылом и используйте дезинфицирующие средства для рук (кожные антисептики), особенно после кашля, чихания или использования туалетов, перед обработкой или приготовлением пищи, а также после контакта с больными или их личными вещами

1



2



Максимально избегайте прикосновения глаз, носа, лица

Носите маски в местах массового скопления людей

3



Максимально избегайте контакта с больными людьми и их принадлежностями, в случае вынужденного контакта носите маски

4



Во время кашля или чихания используйте салфетки для прикрытия рта и носа, после чего утилизируйте их в мусор и тщательно помойте руки. В случае если вам не доступны салфетки избегайте использование ладоней, воспользуйтесь локтевым сгибом для прикрытия носа и рта во время чихания

5



6

Придерживайтесь хороших гигиенических привычек в целом



Тщательно мойте овощи и фрукты перед их употреблением

7



8

Сбалансированное питание, занятия физической культурой, а также полноценный восьмичасовой сон помогут поддержать иммунную систему вашего организма в хорошем состоянии



www.hls.kz