

# КОРОНАВИРУС



## СИМПТОМЫ



## как не заразиться



тщательно мыть руки



использовать медицинские маски, менять их каждые 2-3 часа



не выезжать в очаги заражения



ограничить близкие контакты с людьми, имеющими признаки ОРВИ



не трогать глаза и нос невымытыми руками



чаще проветривать помещения

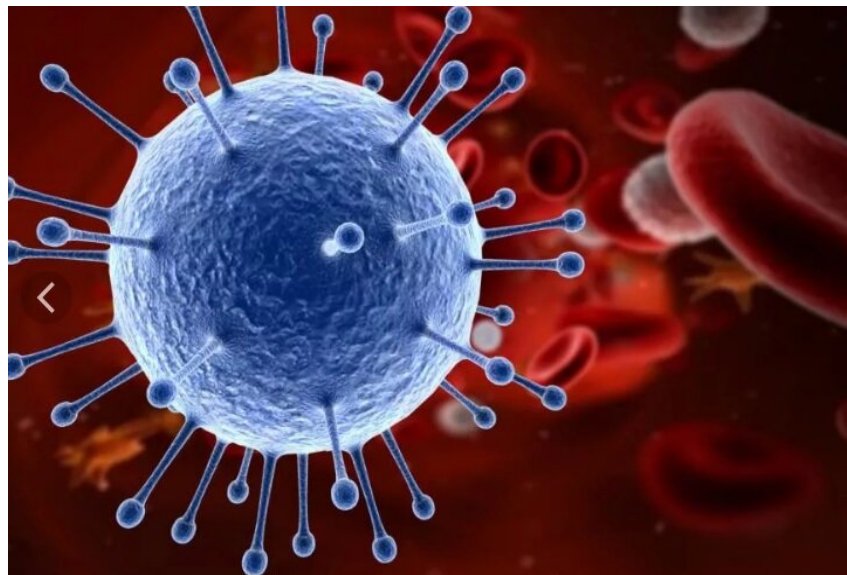
# #СИДИМДОМА

**Еще пару недель назад многие не так серьезно относились к вспышке коронавируса, а на просьбу самоизолироваться закатывали глаза, воспринимая эту рекомендацию как чрезмерную. С тех пор ситуация усугубилась: количество заболевших в мире растет с каждым днем (на сегодняшний день их более 861 тысячи человек), а жертвами пандемии стали уже около 42 тысяч человек.**



# #СИДИМДОМА

**Дети не восприимчивы по своей природе ввиду более сильной иммунной системы... Коронавирус своеобразная форма направленная на выявление и уничтожение индивидов со слабым иммунитетом а это как правило ближе к возрастной категории.... Средство от коронавируса должно носить резкий подъем иммунитета то есть тех клеток которые обнаружат и купируют вирус.**



# ЧТО НАДО ЗНАТЬ О КОРОНАВИРУСЕ



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**КОРОНАВИРУС** – это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.

## Симптомы



## Вирус передается



## Осложнения



## Как не допустить



Не выезжать в очаг заболевания (Китай, г. Ухань)



Избегать посещения массовых мероприятий



Чаще мыть руки



Использовать медицинские маски



Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания



Обратиться к врачу



Не заниматься самолечением

# COVID-19

## ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

## ЗАЩИТИ СЕБЯ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

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



**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



Управление Роспотребнадзора по Амурской области  
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Амурской области»  
**ОСТОРОЖНО КОРОНАВИРУС!**

**Основные симптомы:** высокая температура, насморк, сухой кашель, осиплость голоса, одышка, резкая слабость, головная боль

Воздержитесь от поездок в КНР и страны Юго-Восточной Азии.

**Детям и лицам пожилого возраста поездки крайне нежелательны**



**При наличии острой необходимости выезда за границу строго соблюдайте следующие меры профилактики:**

- 1** Старайтесь избегать мест массового скопления людей, не посещайте рынки, где продаются животные, морепродукты
- 2** Избегайте близкого контакта с лицами, имеющими признаки инфекционных заболеваний
- 3** Используйте медицинские маски
- 4** Тщательно мойте руки с мылом после посещения мест массового скопления людей и перед приемом пищи



**При первых признаках заболевания обращайтесь за медицинской помощью в лечебные организации и не занимайтесь самолечением!**



**При обращении за медицинской помощью на территории Российской Федерации информируйте медицинский персонал о времени и месте пребывания в КНР и странах Юго-Восточной Азии**

# 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

# #СИДИМДОМА

**Самоизоляция – наша новая реальность. Реальность, которая означает то, что мы 24 часа в сутки вынуждены находиться дома, в пределах одной квартиры. всей семьей: взрослые и дети. И в этот период важно сохранить здоровье, в том числе и психическое, поддерживать друг друга и организовать свой день так, чтобы он не только не утомлял, но и прошел с пользой и с интересом. И прежде всего для наших детей.**

## **«Значение режима в жизни дошкольника»**



**Необходимое условие здоровья, физического и психологического благополучия ребенка — соблюдение режима дня.**

**Правильный ритм, заданный распорядком жизни в детском саду, не должен нарушаться в выходные дни, когда дети проводят время в обществе родителей.**



# #СИДИМДОМА

**В условиях самоизоляции при коронавирусе важно поддерживать друг друга добром и позитивом ! Ведь иммунитет и хорошее настроение тесно связаны ! Не болейте и не давайте болеть своим близким.**

