



Министерство здравоохранения Пензенской области

COVID - 19

Новая коронавирусная инфекция

КОРОНАВИРУС - это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается интоксикация организма с поражением дыхательной, пищеварительной

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРЫ



КАЖДЫЕ 2 ЧАСА МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ В ГОРЯЧЕЙ ВОДЕ НЕ МЕНЬШЕ 20 СЕКУНД



ИЗБЕГАЙТЕ МЕСТ МАССОВОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ



ПРИ ПОСЕЩЕНИИ МЕСТ МАССОВОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ, В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ, ПРИ КОНТАКТЕ И УХОДЕ ЗА БОЛЬНЫМИ ЛЮДЬМИ ИСПОЛЬЗУЙТЕ МЕДИЦИНСКИЕ МАСКИ (МЕНЯЙТЕ КАЖДЫЕ 2-3 ЧАСА)



ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМИ САЛФЕТКАМИ



НЕ КАСАЙТЕСЬ ГРЯЗНЫМИ РУКАМИ ГЛАЗ, РТА И СЛИЗИСТЫХ ПОВЕРХНОСТЕЙ



ИЗБЕГАЙТЕ ТЕСНОГО КОНТАКТА С ЗАБОЛЕВШИМИ ЛЮДЬМИ



ПРИ КАШЛЕ, ЧИХАНИИ ПРИКРЫВАЙТЕ РОТ И НОС ОДНОРАЗОВЫМИ СЛОНОВИНЫМИ САЛФЕТКАМИ, КОТОРЫЕ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НУЖНО ВЫБРОСИТЬ В МУСОРНЫЙ БАК



ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ: ПОЛНОЦЕННОЕ ПИТАНИЕ, РАЦИОНАЛЬНЫЙ РЕЖИМ И ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ

- ✓ ПОВЫШЕНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА, ОЗНОБ.
- ✓ СУХОЙ НЕПРОДУКТИВНЫЙ КАШЕЛЬ.
- ✓ ЗАТРУДНЕНИЕ ПРИ ДЫХАНИИ.
- ✓ ОЩУЩЕНИЕ ТЯЖЕСТИ В ГРУДНОЙ КЛЕТКЕ.
- ✓ НАСМОРК.
- ✓ БОЛЬ В ГОРЛЕ.
- ✓ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, БОЛЬ В МЫШЦАХ.
- ✓ ОБЩЕЕ НЕДОМОГАНИЕ, СЛАБОСТЬ.

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

ЕСЛИ У ВАС ИМЕЮТСЯ СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Оставайтесь дома, не ходите на дом врача или бригады скорой медицинской помощи.

СВОЕВРЕМЕННО НАЧАТОЕ ЛЕЧЕНИЕ ГАРАНТИРУЕТ БЛАГОПРИЯТНЫЙ ИСХОД ЗАБОЛЕВАНИЯ

ЕСЛИ ВЫ ВЕРНУЛИСЬ ИЗ-ЗА ГРАНИЦЫ:

1. Сообщите сведения о месте и датах пребывания, возвращении и контактной информации на телефон «горячей линии» Министерства здравоохранения Пензенской области

8-841-2-42-09-47



