

Как правильно носить маску

- ✓ Маска должна тщательно закрепляться, плотно прикрывать рот и нос, не оставляя зазоров
- ✓ Старайтесь не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством
- ✓ Влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую
- ✓ Не используйте повторно использованную маску
- ✓ Использованную одноразовую маску следует выбрасывать в закрытые мусорные баки

Буклет изготовлен по материалам интернет-ресурсов

Наш адрес:
454091, г. Челябинск,
ул. Свободы, д. 147

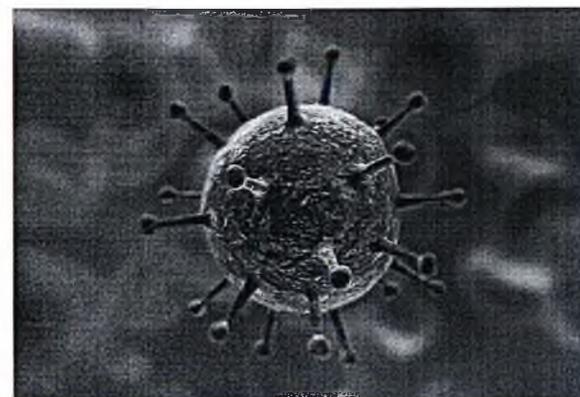
Сайт: <http://www.fbuz-74.ru>

Берегите себя и своих близких

Будьте здоровы!

ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
Федеральное бюджетное
учреждение здравоохранения
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ
В ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ»

Грипп, коронавирусная инфекция и другие ОРВИ



г. Челябинск
2020

Грипп, коронавирусная инфекция и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) находятся на первом месте по числу ежегодно заболевающих людей.

Ежегодно от осложнений гриппа погибают тысячи человек.

Инфекция передается от больного человека здоровому через мельчайшие капельки слюны или слезы, которые выделяются во время чихания, кашля, разговора. Возможна и контактная передача инфекции.

Группы риска

- Дети
- Люди старше 60 лет
- Люди с хроническими заболеваниями легких (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких)
- Люди с хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы (врожденные пороки сердца, ишемическая болезнь сердца, сердечная недостаточность)
- Беременные женщины
- Медицинские работники
- Работники общественного транспорта, предприятий общественного питания



Симптомы

- Повышение температуры тела
- Озноб, общее недомогание, слабость, головная боль, боли в мышцах
- Снижение аппетита, возможны тошнота и рвота
- Конъюнктивит (возможно)
- Жидкий стул (возможно)

Осложнения

- Пневмония
- Энцефалит, менингит
- Осложнения беременности, развитие патологии плода
- Обострение хронических заболеваний

Лечение заболевания проводится под контролем врача.

Универсальные меры профилактики

- Часто и тщательно мойте руки с мылом
- Избегайте контактов с кашляющими людьми
- Придерживайтесь здорового образа жизни (сон, здоровая пища, физическая активность)
- Пейте больше жидкости
- Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещениях, в которых находитесь
- Реже бывайте в людных местах
- Используйте маску, когда находитесь в транспорте или в людных местах
- Избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах
- Не трогайте лицо, глаза, нос не мытыми руками

При первых признаках вирусной инфекции – обратитесь к врачу!

Меры профилактики новой коронавирусной инфекции

- ✓ Не посещать территорию КНР до стабилизации эпидемиологической ситуации
- ✓ Не посещать территории (города, районы, провинции) других стран, где регистрируются случаи заболевания, вызванные новым коронавирусом
- ✓ В течении 14 дней избегать контакта с людьми, вернувшимся из КНР и других стран, где регистрируются случаи заболевания
- ✓ Избегать контакта с людьми у которых имеются симптомы, похожие на простуду или грипп (насморк, кашель, лихорадка и др.)
- ✓ При кашле и чихании прикрывать рот одноразовым платком или салфеткой, при невозможности – прикрывать рот областью локтевого сгиба (не кашлять и не чихать в кисти рук!). Использованные платки и салфетки выбрасывать в закрытые мусорные баки

Буклет изготовлен по материалам интернет-ресурсов

Наш адрес:
454091, г. Челябинск,
ул. Свободы, д. 147

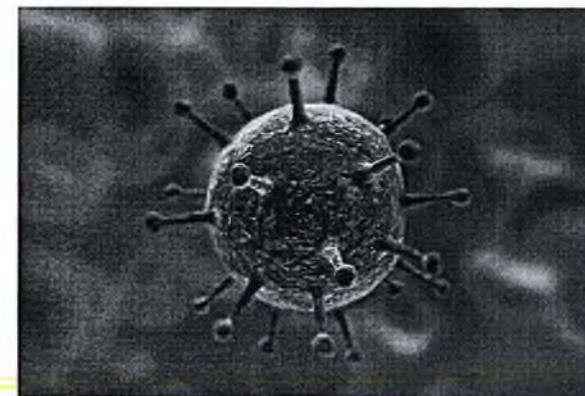
Сайт: <http://www.fbuz-74.ru>

Берегите себя и своих близких

Будьте здоровы!

ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
Федеральное бюджетное
учреждение здравоохранения
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ
В ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ»

Профилактика коронавирусной инфекции



г. Челябинск
2020

Грипп, коронавирусная инфекция и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) находятся на первом месте по числу ежегодно заболевающих людей.

Ежегодно от осложнений гриппа погибают тысячи человек.

Инфекция передается от больного человека здоровому через мельчайшие капельки слюны или слизи, которые выделяются во время чихания, кашля, разговора. Возможна и контактная передача инфекции.

Заражение может происходить и в результате непосредственного или косвенного контакта здорового человека с респираторными выделениями инфицированного

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.



В связи с неблагоприятной ситуацией в Китайской Народной Республике (преимущественно в г. Ухань, а также в Пекине, Шанхае и провинции Гуандун), связанной с регистрацией случаев заболевания, вызванных новым коронавирусом, выявлением подобных случаев заболевания в Таиланде, Японии, республике Южная Корея, лицам, выезжающим за границу рекомендуется соблюдать меры личной профилактики:

- при планировании зарубежных поездок уточнять эпидемиологическую ситуацию;
- не посещать рынки, где продаются животные, морепродукты;
- употреблять только термически обработанную пищу, бутилированную воду;
- не посещать зоопарки, культурно-массовые мероприятия с привлечением животных;
- использовать средства защиты органов дыхания (маски);
- мыть руки после посещения мест массового скопления людей, перед и после приема пищи;
- при первых признаках заболевания (температура/жар, кашель, затрудненное дыхание), обращаться за медицинской помощью в лечебные организации, не допускать самолечения;
- при обращении за медицинской помощью на территории Российской Федерации информировать медицинский персонал о времени и месте пребывания в КНР.