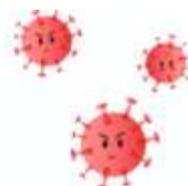


НАДЕНЬТЕ МАСКУ - ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ КОРОНАВИРУСА 2019-nCoV!



ВАЖНО

- Меняйте маску на новую каждые 2-3 часа или чаще
- Выбрасывайте маску в урну сразу после использования
- После прикосновения к использованной маске тщательно вымойте руки с мылом
- Не носите маску на безлюдных открытых пространствах. Это не целесообразно

НЕЛЬЗЯ

повторно использовать маску

КОГДА

- При контактах с людьми, имеющих симптомы ОРВИ (лихорадка, насморк, кашель, чихание, заложенность носа)
- Находясь в людных местах или транспорте
- При контактах с людьми, если у вас есть симптомы ОРВИ

Правильно надетая маска плотно прилегает к лицу, закрывает рот, нос и подбородок. Вшитое крепление маски плотно прижато к спинке носа. Складки маски расправлены.



**ТОЛЬКО В СОЧЕТАНИИ С ТЩАТЕЛЬНОЙ
ГИГИЕНОЙ РУК И КАРАНТИННЫМИ
МЕРАМИ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ
БУДЕТ МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО
ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ
И РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСА
2019-nCoV**



КАК ИЗБЕЖАТЬ КОРОНАВИРУСА**РЕГУЛЯРНО МОЙ РУКИ МЫЛОМ ИЛИ АНТИСЕПТИКОМ**

Зачем это нужно? Если на поверхности рук есть коронавирус, мытье рук с мылом или спиртовым раствором его убьет

**СОБЛЮДАЙ ЛИЧНУЮ ГИГИЕНУ**

Что делать? Закрывай рот и нос салфеткой или сгибом локтя, когда чихаешь или кашляешь. Сразу после выкидывай салфетку и тщательно мой руки.

Зачем это нужно? Так ты предотвратишь распространение вируса



Если прикрывать рот и нос руками, микробы попадут сначала на руки, а потом на все, что ты трогаешь. Так в средние века распространялись чума, холера и другие смертельные болезни

**СОБЛЮДАЙ ДИСТАНЦИЮ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ**

Зачем это нужно? Коронавирус распространяется по воздуху. Им можно заразиться, вдыхая воздух рядом с больным. Поэтому держись от людей в общественных местах на расстоянии минимум 1 метра

**ЕСЛИ ТЕБЕ СТАЛО ПЛОХО, СРАЗУ СООБЩИ РОДИТЕЛЯМ**

Зачем это нужно? Чем раньше ты обратишься за медицинской помощью, тем выше шанс быстро выздороветь и никого не заразить



Актуальную информацию,
а также ответы на наиболее частые
вопросы о коронавирусе можно найти
на официальном сайте Минздрава России:

<https://www.rosminzdrav.ru/ministry/covid19>



Минздрав Пензенской области также делится оперативной
информацией на своём официальном сайте:

health.pnzreg.ru



Жители Пензенской области с признаками заболевания могут
обращаться на горячую линию регионального Минздрава:

8-8412-42-09-47



Кроме того, по вопросам профилактики коронавирусной
инфекции граждане могут обращаться в Единый
консультационный центр Роспотребнадзора:

8-800-555-49-43



Оперативная информация на сайте
Правительства Пензенской области:

<http://pnzreg.ru/>



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН



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



НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

СИМПТОМЫ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ПНЕВМОНИИ



Инкубационный период новой
коронавирусной пневмонии –
от 3 до 14 дней



Лихорадка (высокая температура)
и симптомы со стороны нижних
дыхательных путей после близкого
контакта с больным.



Близкий контакт - нахождение
на расстоянии в 180 сантиметров
или в одной комнате с заболевшим.



Согласно ВОЗ, легкое течение болезни
может сопровождаться слабостью,
болью в горле, заложенностью носа,
головной болью, болью в мышцах.

www.hls.kz