Симптомы заболевания коронавирусной инфекции (СОУШ-19) сходны с симптомами обычного (сезонного) гриппа:

* высокая температура тела
* головная боль
* слабость
* кашель
* затрудненное дыхание
* боли в мышцах
* тошнота
* рвота
* диарея

**7 шагов по профилактике новой**

**коронавирусной инфекции:**

1. Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик;

1. Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя се каждые 2-3 часа.
2. Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
3. Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.
4. Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
5. Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.
6. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка).

5 правил при подозрении на новую коронавирусную инфекцию:

1. Оставайтесь дома. При ухудшении самочувствия вызовите врача, проинформируйте его о местах своего пребывания за последние 2 недели, возможных контактах. Строго следуйте рекомендациям врача.
2. Минимизируйте контакты со здоровыми людьми, особенно с пожилыми и лицами с хроническими заболеваниями. Ухаживать за больным лучше одному человеку.
3. Пользуйтесь при кашле или чихании одноразовой салфеткой или платком, прикрывая рот. При их отсутствии чихайте в локтевой сгиб.
4. Пользуйтесь индивидуальными предметами личной гигиены и одноразовой посудой.
5. Обеспечьте в помещении влажную уборку с помощью дезинфицирующих средств и

частое проветривание.



