



Министерство здравоохранения Пензенской области

COVID - 19

Новая коронавирусная инфекция

КОРОНАВИРУС - это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма с поражением дыхательной, пищеварительной и других систем.

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРЫ



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



ИЗБЕГАЙТЕ МЕСТ МАССОВОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ



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



ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМИ САЛФЕТКАМИ



НЕ КАСАЙТЕСЬ ГРЯЗНЫМИ РУКАМИ ГЛАЗ, РТА И СЛИЗИСТЫХ



ИЗБЕГАЙТЕ ТЕСНОГО КОНТАКТА С ЗАБОЛЕВШИМИ ЛЮДЬМИ



ПРИ КАШЛЕ, ЧИХАНИИ ПРИКРЫВАЙТЕ РОТ И НОС ОДНОРАЗОВЫМИ САЛФЕТКАМИ, КОТОРЫЕ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НУЖНО ВЫБРАСЫВАТЬ



ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ: ПОЛНОЦЕННОЕ ПИТАНИЕ, ПИТЬЕВОЙ 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, вызовите на дом врача или бригаду скорой медицинской помощи.

СВОЕВРЕМЕННО НАЧАТОЕ ЛЕЧЕНИЕ ГАРАНТИРУЕТ БЛАГОПОЛУЧНЫЙ ИСХОД ЗАБОЛЕВАНИЯ

ЕСЛИ ВЫ ВЕРНУЛИСЬ ИЗ-ЗА ГРАНИЦЫ:

1. Сообщите сведения о месте и датах пребывания, возвращения и контактной информации на телефон «горячей линии» Министерства здравоохранения Пензенской области
8-841-2-42-09-47

2. Изолируйте себя дома на 14 дней

(лист нетрудоспособности будет оформлен без посещения медицинской организации в пределах 14 календарных дней с момента возвращения).

ЕСЛИ В ПЕРИОД ИЗОЛЯЦИИ У ВАС ПОЯВИЛИСЬ СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Оставайтесь дома и незамедлительно обратитесь за медицинской помощью.



**ТЕЛЕФОН ВЫЗОВА СКОРОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ
103 (112)**