

Как снизить риск инфицирования коронавирусом?



Мойте руки с мылом и водой или спиртосодержащими дезинфицирующими средствами

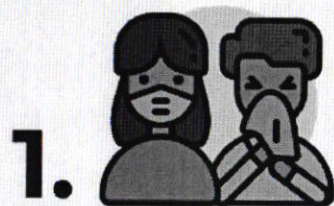


Чихая или кашляя, прикрывайте рот рукой в локтевом сгибе или салфеткой. Затем нужно выбросить салфетку, а руки вымыть с мылом



Избегайте контакта с теми, у кого повышена температура и наблюдается кашель

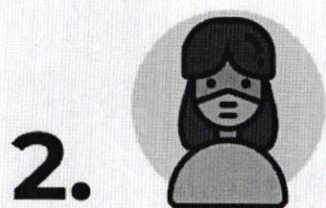
Как использовать медицинскую маску



Если вы здоровы, вам нужно носить маску, только если вы ухаживаете за человеком с подозрением на инфекцию



Маски эффективны только в сочетании с частым мытьем рук с помощью спиртосодержащих средств или мыла с водой

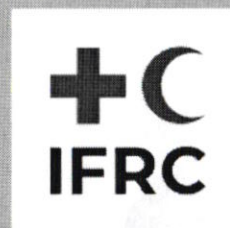


Носите маску, если вы кашляете или чихаете



Если вы носите маску, вы должны знать, как ее правильно использовать и утилизировать.

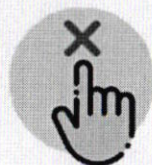
Как правильно надеть, использовать, снять и утилизировать маску



1. Перед тем, как надеть маску, вымойте руки спиртосодержащим средством или мылом с водой



2. Аккуратно закройте нос и рот маской и закрепите её, чтобы уменьшить зазор между лицом и маской



3. Не прикасайтесь к маске во время использования. После прикосновения к использованной маске, например, чтобы снять её, вымойте руки

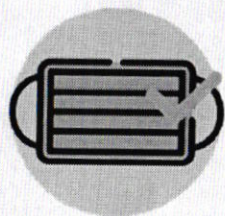


4. После того, как маска станет влажной или загрязнённой, наденьте новую чистую и сухую маску

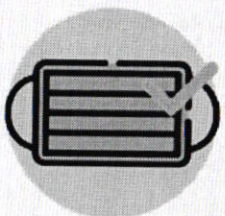


5. Чтобы снять маску: снимите ее сзади (не касайтесь передней части маски). Не используйте повторно одноразовые маски. Их следует выбрасывать после каждого использования и утилизировать сразу после снятия.

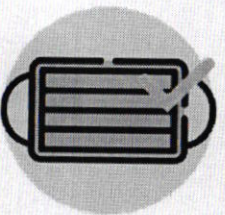
Нужно ли носить медицинскую маску?



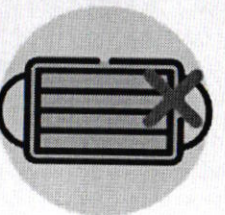
ДА. Если у вас есть респираторные симптомы - кашель, затрудненное дыхание



ДА. Если вы ухаживаете за людьми с респираторными симптомами

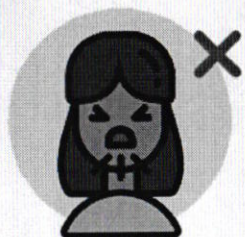


ДА. Если вы медицинский работник и лечите людей с респираторными симптомами

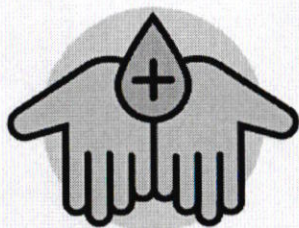


Не требуется, если нет респираторных симптомов

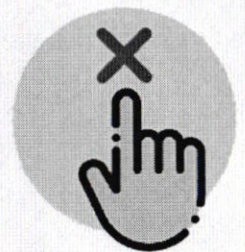
Как сохранить здоровье во время путешествий



Избегайте контакта с теми, у кого повышена температура и наблюдается кашель



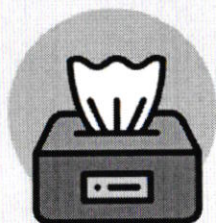
Чаще мойте руки с мылом или протирайте их дезинфицирующими салфетками



Старайтесь не касаться руками глаз, носа или рта



Как защитить других от инфицирования?



**Чихая или кашляя,
прикрывайте рот рукой в
локтевом сгибе или салфеткой**

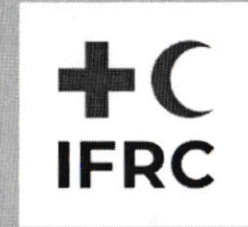


**Выбросите салфетку
после использования**



**Вымойте руки с водой и
мылом после кашля, чихания
и ухода за больными**

Как снизить риск инфицирования коронавирусом?



Регулярно мойте руки с мылом



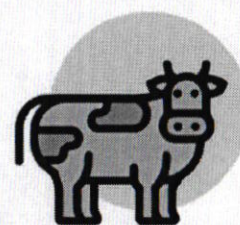
При кашле или чихании прикрывайте рот и нос



Тщательно готовьте мясо и яйца



Избегайте контакта с людьми с симптомами гриппа



Избегайте контакта с дикими или сельскохозяйственными животными