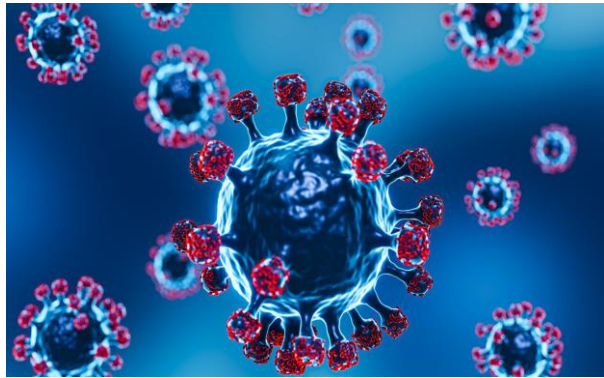


**Напоминаем еще раз!!!**

**Основные меры профилактики коронавирусной инфекции**



Чтобы защитить себя и своих близких от коронавируса, необходимо соблюдать следующие меры предосторожности:

- регулярно мыть руки с мылом или спиртосодержащими средствами в течение 30 секунд. При наличии на руках вируса, мыло или спирт полностью его уничтожат;
  - не трогать лицо руками на улице. Люди чаще всего прикасаются руками к губам, глазам и подбородку. Поэтому следует внимательно следить за своими действиями, и по возможности вообще перестать касаться лица не только в общественных местах, но и дома. Так как при попадании вируса с рук на слизистые, существует самый большой риск подхватить инфекцию;
  - соблюдать дистанцию в общественных местах не менее 1-1,5 метра. Инфекция передается не по воздуху, а воздушно-капельным путем (то есть, при чихании или кашле);
  - соблюдать правила респираторной гигиены. Всегда закрывайте рот и нос при чихании или кашле салфеткой или рукой. Салфетку после этого необходимо сразу же вбросить в мусорный контейнер с крышкой, а руки обработать антисептиком;
- носить медицинские маски в местах скопления людей. Если у вас имеются признаки простудного заболевания, то ношение медицинской маски предотвратит заражение других людей. Если вы обнаружили у себя первые признаки простуды, немедленно обратитесь к врачу. Если же температура не падает в течение 3-5 дней, и при этом имеется сухой кашель и затрудненное дыхание, срочно вызывайте скорую помощь.

филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в  
Челябинской области в городе Коркино и  
городе Еманжелинске, Еткульском районе»