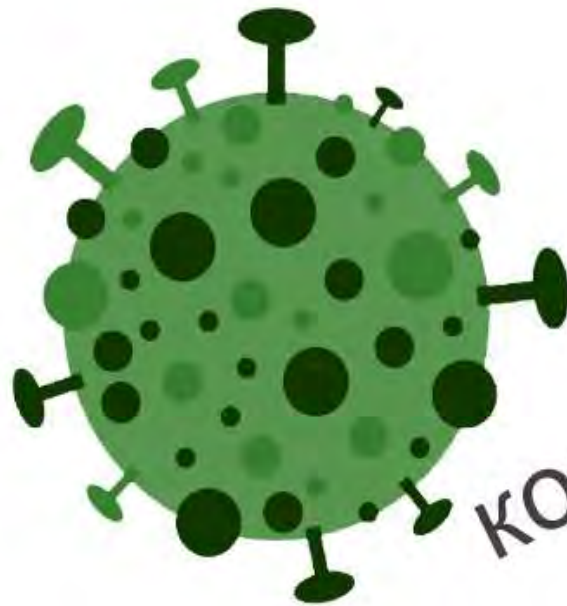


**Профилактика,
диагностика и лечение новой
коронавирусной инфекции (2019-nCoV)**



Всё о
коронавирусе
2019-nCoV

Этиология и патогенез

Коронавирус (Coronaviridae) – это большое семейство РНК-содержащих вирусов, способных инфицировать человека и некоторых животных

У людей коронавирусы могут вызывать целый ряд заболеваний – от легких форм острой респираторной инфекции до тяжелого острого респираторного синдрома (ТОРС)

*Три рода коронавирусов (серологический и филогенетический анализ):
Alphacoronavirus, Betacoronavirus и Gammacoronavirus*

2002г. - SARS-CoV

2012г. – MERS-CoV

2019г. – 2019-nCoV

2019-nCoV, SARS-CoV-2 или новый коронавирус (китайский коронавирус, коронавирус из Ухани) - новый штамм коронавируса, официально начавшийся 12 декабря 2019 года. Новый коронавирус представляет собой одноцепочечный РНК-содержащий вирус, вызывающий заболевания дыхательных путей у людей.

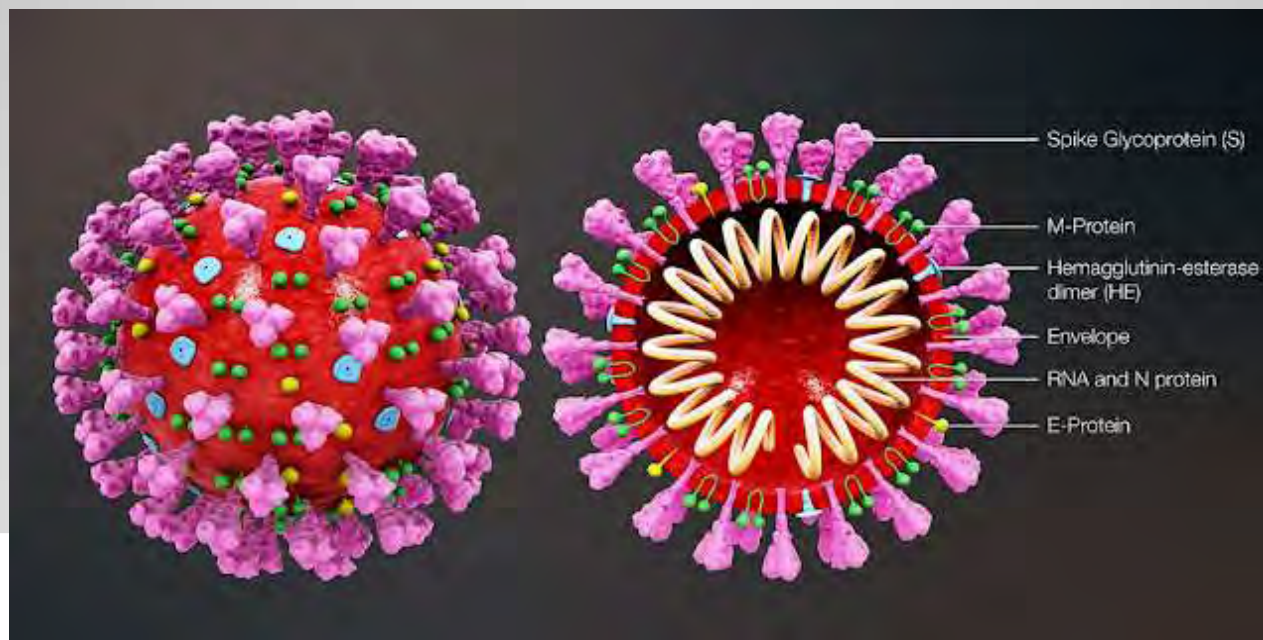
Название SARS-CoV-2 (Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2) появилось у коронавируса в начале марта.

Сейчас экспертами доказано, что 2019-nCoV (SARS-CoV-2) генетически отличается от SARS и MERS.

11 декабря ВОЗ дала официальное название инфекции, вызываемой коронавирусом 2019-nCoV - **COVID-19** (некоторые источники утверждают, что COVID-2019 и это название коронавируса, что ошибка). Название образовано от "coronavirus disease 2019».

Коронавирус 2019-nCoV (SARS-CoV-2), как и SARS-CoV, является членом группы коронавирусов Beta-CoV В. Длина РНК-последовательности нового коронавируса составляет около 30 000 нуклеотидов. Генетически вирус на 80% схож с SARS, но является уникальным.

Белковое моделирование, осуществлённое на основе расшифрованного генома вируса, показало, что рецептор-связывающий S-белок вируса может иметь достаточно высокую аффинность к белку человека ангиотензинпревращающий фермент 2 (АПФ2) и использовать его как точку входа в клетку. В конце января 2020 года две группы в Китае и США независимо друг от друга экспериментально показали, что именно АПФ2 является рецептором для вируса 2019-nCoV (SARS-CoV-2), так же как и для вируса SARS-CoV.



ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

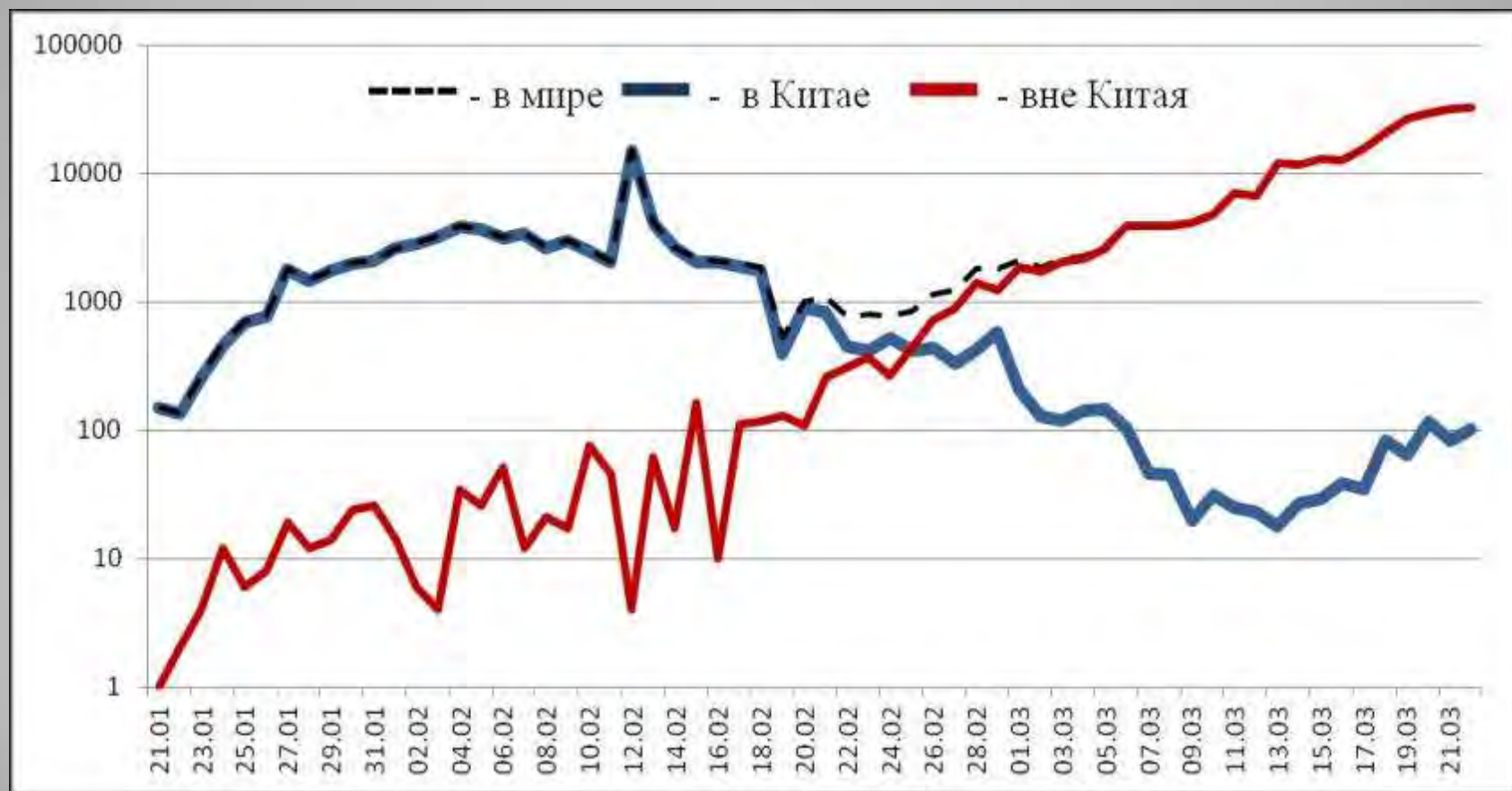
В связи с неблагоприятной ситуацией по новой коронавирусной инфекции в мире, Роспотребнадзором организован и проводится комплекс противоэпидемических и профилактических мероприятий, начатых в декабре прошлого года после появления первой информации о случаях неизвестного на тот момент заболевания в г. Ухань Китайской Народной Республики.

В мире по состоянию на 08.00 мск 23.03.2020 общее число заболевших составляет 338698 подтверждённых случаев (прирост за сутки 32716 случаев; 10,7%). В 163 странах мира вне КНР зарегистрировано 257 098 случаев (за последние сутки прирост 32 614; 14,5%). Таблица прилагается.

За последние сутки стало впервые известно о зарегистрированных случаях в Уганде (1 завозной случай из ОАЭ), Мозамбике (1; из Великобритании), Эритрее (1; из Норвегии), Сирии.

По информации Государственной Комиссии здравоохранения Китайской Народной Республики (КНР) по состоянию на 08-00 23.03.2020 зарегистрировано 81 600 случаев заболевания. **За сутки прирост составил - 102 случая (0,13 %).**

Страны с подтверждёнными случаями заболевания (на 24.03.2020г)



Информационный бюллетень о ситуации и принимаемых мерах по недопущению распространения заболеваний, вызванных новым коронавирусом Covid-19 (24.03.2020 г.)

Во всех пунктах пропуска через государственную границу Российской Федерации Роспотребнадзором проводится усиленный двойной контроль прибывающих из неблагополучных регионов лиц с использованием стационарного и переносного тепловизионного оборудования.

В период с 31.12.2019 по состоянию на 22.03.2020 досмотрено **4 млн. 766 тыс. человек**, в том числе 399 397 прибывших из Китайской Народной Республики (КНР). За этот период **выявлено 443 человека с признаками инфекционных болезней**, в том числе из числа прибывших из КНР - 145 человек. С 01.03.2020 досмотрено 32607 человек, прибывших из Итальянской Республики, выявлено 54; досмотрено 16 803 из Республики Южная Корея, выявлено - 13 человек; досмотрено 5 194 - из Исламской Республики Иран, выявлено - 4. Во всех случаях проведен полный комплекс мер, позволивший не допустить осложнений эпидемиологической обстановки.

В аэропорту Шереметьево, который единственный в стране, с 01.02.2020 принимает рейсы из КНР, а с 01.03.2020 - из Исламской Республики Иран и Республики Корея под контролем Роспотребнадзора выделен и подготовлен отдельный терминал. В связи с введенными ограничениями терминал F принимает рейсы из стран Европейского региона с 13.03.2020 из Германии, Франции, Испании, с 16.03.2020 - из других стран Европы. Организовано медицинское наблюдение за прибывающими из указанных стран, их анкетирование и передача под медицинское наблюдение по месту жительства.

Под медицинским наблюдением в целом по России за истекший период 2020 г. находилось 130992 человека, по состоянию на 22.03.2020 под контролем остаются 72 423 человека.

Для клинически здоровых лиц, не имеющих возможностей изолированного проживания, в субъектах Российской Федерации предусмотрено 360 обсерваторов на 23 764 места, из них развернуто 136 обсерваторов на 9 433 места, где размещено 341 человек.

Все лица с симптомами острых респираторных инфекций (ОРВИ), прибывшие из неблагополучных стран, изолированы, госпитализированы и обследованы лабораторно на весь перечень возможных возбудителей ОРВИ, включая новую коронавирусную инфекцию. За период мониторинга выявлено 3137 заболевших с признаками острых респираторных вирусных инфекций. При проведении исследований получены результаты: у 162 заболевших - респираторными инфекциями (аденовирусы, риновирусы, РС вирусы, метапневмовирусы, бокавирусы, стрептококк), 120 - грипп А, 98 - грипп В, 37 - парагрипп, 2 - стафилококк, 1 - микоплазма, 2 - гемофильная инфекция.

По данным эпидемиологического расследования установлено, что граждане посещали страны, неблагополучные по коронавирусной инфекции, в последние две недели. Все госпитализированные находятся в инфекционных боксах. Результаты подтверждены в установленном порядке.

Определён круг лиц, с которыми они контактировали на территории Российской Федерации. Ведётся работа по помещению контактных лиц под медицинское наблюдение. Проводится их лабораторное обследование.

В Российской Федерации на сегодняшний день зарегистрировано 438 случаев коронавирусной инфекции.

Организовано медицинское наблюдение за прибывающими из стран с неблагополучной эпидемической ситуацией, их анкетирование и передача под медицинское наблюдение по месту жительства

Во всех случаях организовано проведение полного комплекса необходимых противоэпидемических мероприятий, что позволило не допустить последующего распространения инфекции.

В настоящее время все центры гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора в субъектах Российской Федерации обеспечены диагностическими тест-системами для выявления нового коронавируса, оперативно разработанными Государственным научным центром «Вектор» Роспотребнадзора и зарегистрированными в официальном порядке, определен порядок лабораторной диагностики.

По состоянию на 22.03.2020 проведено 165 772 лабораторных исследования на наличие нового коронавируса в материале от людей, в том числе из числа прибывших из стран, неблагополучных по новой коронавирусной инфекции.

В целях полной оценки ситуации вместе с мониторингом по заболеваемости сезонным гриппом и ОРВИ, Роспотребнадзор продолжает оперативное слежение за заболеваемостью внебольничными пневмониями во всех субъектах Российской Федерации, в отношении которых превышения среднемноголетних показателей не отмечено.

С учетом решений, принятых Оперативным штабом по предупреждению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации, до 1 апреля 2020 года продлены все ограничения, которые действовали до 1 марта 2020 года, в том числе по ограничению проведения международных мероприятий и продлению каникул студентам из Китайской Народной Республики. Также федеральным органам исполнительной власти и органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации рекомендовано сократить количество проводимых массовых мероприятий, в том числе деловых, спортивных, культурных и развлекательных, и по возможности проводить их в видеоформате или без зрителей, допуская возможность проведения только чрезвычайно важных и неотложных мероприятий. Кроме того, федеральным органам исполнительной

власти рекомендовано отменить заграничные командировки, за исключением заграничных командировок, носящих неотложный характер и (или) организованных во исполнение поручений Президента Российской Федерации и Правительства Российской Федерации и (или) в целях обеспечения безопасности страны, а также рекомендовать сотрудникам воздержаться от всех поездок в страны с неблагоприятной обстановкой, связанной с распространением новой коронавирусной инфекции, если они не вызваны крайней необходимостью.

Роспотребнадзором в целях организации и проведения противоэпидемических мер суммарно издано более 200 нормативных, методических и рекомендательных документов. В том числе, в настоящее время обращается особое внимание на проведение дезинфекционных мер в транспортных узлах и на транспортных средствах, специальных режимов по обработке помещений, столовой посуды и инвентаря во всех предприятиях общественного питания, о чем подготовлены и направлены соответствующие рекомендации в адрес Минтранса России и в адрес органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации.

Реализация комплекса мероприятий Роспотребнадзором проводится в рамках Национального плана по предупреждению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации, утвержденного Председателем Правительства Российской Федерации, постановлений Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.01.2020 № 2 «О мероприятиях по недопущению распространения новой коронавирусной инфекции, вызванной 2019-nCoV», от 31.01.2020 № 3 «О проведении дополнительных санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий по недопущению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции, вызванной 2019-nCoV» и от 02.03.2020 № 5 «О дополнительных мерах по снижению рисков завоза и распространения COVID-2019», от 13.03.2020 № 6 «О дополнительных мерах по снижению рисков распространения COVID-2019», от 18.03.2020 № 7 «Об обеспечении режима изоляции в целях предотвращения распространения COVID-2019».

Последние новости о распространении коронавируса в России на 23 марта 2020

В России, по последним данным, зарегистрировано 438 заразившихся коронавирусной инфекцией. За сутки выявлен 71 случай. Все они — в Москве.

Московские власти ввели с 26 марта до 14 апреля обязательный домашний карантин для жителей старше 65 лет, а также для москвичей с хроническими заболеваниями. Московский штаб привел перечень заболеваний, при которых люди должны уйти на карантин. Режим самоизоляции также сохраняется для граждан, вернувшихся из стран с неблагоприятной ситуацией по коронавирусу, и для всех проживающих с ними. Премьер Михаил Мишустин рекомендовал регионам перенять московский опыт и ввести подобные меры.

В России, по последним данным, зарегистрировано 438 заразившихся коронавирусной инфекцией. Больше всего новых случаев в воскресенье выявили в Москве — 54.

Отечественные тест-системы для обнаружения вируса COVID-19 обладают максимально возможной чувствительностью и могут определить единичные копии вируса, об этом сообщили сотрудники Роспотребнадзора.

На территории Российской Федерации власти начали наказывать людей за нарушение карантинного режима, а также за распространение фейковой информации.

ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Пути передачи:

воздушно-капельный
(при кашле, чихании,
разговоре),

воздушно-пылевой

контактный

Факторы передачи:

воздух

пищевые продукты и
предметы обихода,
контаминированные
2019-nCoV



Подозрительный на инфекцию, вызванную 2019-nCoV, случай:

- наличие клинических проявлений острой респираторной инфекции, бронхита, пневмонии в сочетании со следующими данными эпидемиологического анамнеза:
- посещение за последние 14 дней до появления симптомов эпидемиологически неблагополучных по 2019-nCoV стран и регионов (главным образом г. Ухань, Китай, Италия...);
- наличие тесных контактов за последние 14 дней с лицами, находящимися под наблюдением по инфекции, вызванной новым коронавирусом 2019-nCoV, которые в последующем заболели;
- наличие тесных контактов за последние 14 дней с лицами, у которых лабораторно подтвержден диагноз 2019-nCoV.

Вероятный случай инфекции, вызванной 2019-nCoV:

- наличие клинических проявлений тяжелой пневмонии, ОРДС, сепсиса в сочетании с данными эпидемиологического анамнеза (см. выше).

Подтвержденный случай инфекции, вызванной 2019-nCoV:

- Наличие клинических проявлений острой респираторной инфекции, бронхита, пневмонии в сочетании с данными эпидемиологического анамнеза (см. выше).
- Положительные результаты лабораторных тестов на наличие РНК 2019-nCoV методом ПЦР.

ДИАГНОСТИКА КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

Диагноз устанавливается на основании клинического обследования, данных эпидемиологического анамнеза и результатов лабораторных исследований.

1. Подробная оценка всех жалоб, анамнеза заболевания, эпидемиологического анамнеза.
2. Физикальное обследование, обязательно включающее:
 - оценку видимых слизистых оболочек верхних дыхательных путей,
 - аускультацию и перкуссию легких,
 - пальпацию лимфатических узлов,
 - исследование органов брюшной полости с определением размеров печени и селезенки,
 - термометрию, с установлением степени тяжести состояния больного.

ДИАГНОСТИКА КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

3. Лабораторная диагностика общая:

- выполнение общего (клинического) анализа крови с определением уровня эритроцитов, гематокрита, лейкоцитов, тромбоцитов, лейкоцитарной формулы;
- биохимический анализ крови (мочевина, креатинин, электролиты, печеночные ферменты, билирубин, глюкоза, альбумин).
- исследование уровня С-реактивного белка (СРБ) в сыворотке крови.
- пульсоксиметрия с измерением SpO_2 для выявления дыхательной недостаточности и оценки выраженности гипоксемии.
- пациентам с признаками острой дыхательной недостаточности (ОДН) (SpO_2 менее 90% по данным пульсоксиметрии) рекомендуется исследование газов артериальной крови с определением PaO_2 , $PaCO_2$, pH, бикарбонатов, лактата;
- пациентам с признаками ОДН рекомендуется выполнение коагулограммы с определением протромбинового времени, международного нормализованного отношения и активированного частичного тромбопластинового времени.

ДИАГНОСТИКА КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

4. Лабораторная диагностика специфическая:
выявление РНК 2019-nCoV методом ПЦР
5. Инструментальная диагностика:
 - **обзорная рентгенография органов грудной клетки** в передней прямой и боковой проекциях рекомендуется всем пациентам с подозрением на пневмонию
 - **компьютерная томография легких** является более чувствительным методом для диагностики вирусной пневмонии.
 - **электрокардиография (ЭКГ)** в стандартных отведениях рекомендуется всем госпитализированным пациентам.



Принятие решения о необходимости госпитализации:

- при анамнестических данных, указывающих на вероятность инфекции, вызванной 2019-nCoV, независимо от степени тяжести состояния больного, показана госпитализация в инфекционную больницу/отделение с соблюдением всех противоэпидемических мер;
- при отсутствии подозрений на инфекцию, вызванную 2019-nCoV, решение о госпитализации зависит от степени тяжести состояния и вероятного другого диагноза.

КЛИНИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

- Инкубационный период составляет от 2 до 14 суток.



ЛЕЧЕНИЕ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

Рибавирин	Противовирусное средство. Быстро проникает в клетки и действует внутри инфицированных вирусом клеток. Рибавирин ингибирует репликацию новых вирионов, что обеспечивает снижение вирусной нагрузки, селективно ингибирует синтез вирусной РНК, не подавляя синтез РНК в нормально функционирующих клетках	Таблетки, капсулы. Лиофилизат (концентрат для внутривенного введения)	Лечение: по 0,2 г (200 мг) 2-4 р. в день 12 недели. Концентрат для внутривенного введения применять только в условиях стационара со специализированным реанимационным отделением. Применение рибавирина у пациентов, которым требуется ИВЛ, возможно только специалистами, имеющими опыт проведения реанимационных мероприятий
Лопинавир/ Ритонавир	Лопинавир является ингибитором ВИЧ-1 и ВИЧ-2 протеазы ВИЧ; Ритонавир - ингибитор аспартилпротеаз ВИЧ- 1 и ВИЧ-2	Таблетки/суспензия	Лечение: 400 мг лопинавира/100 мг ритонавира назначаются каждые 12 часов в течение 14 дней в таблетированной форме. В случае невозможности перорального приема препаратов Лопинавир/ритонавир (400 мг лопинавира/100 мг ритонавира) вводится в виде суспензии (5 мл) каждые 12 часов в течение 14 дней через назогастральный зонд
Рекомбинантный интерферон бета-1b	Повышает супрессорную активность мононуклеарных клеток периферической крови и снижает устойчивость Т-лимфоцитов к апоптозу, является антагонистом интерферона-гамма	Препарат для подкожного введения	Лечение: 0,25 мг /мл (8 млн. МЕ) подкожно в течение 14 дней (всего 7 инъекций)

Патогенетическая терапия

Ингибиторы протеолиза / протеаз:

- Апротинин
- Апротинин - в/в (медленно),
- Аминометилбензойная кислота - в/в

Системные глюкокортикостероиды

Флавоноиды и витамины:

- рутозид
- витамин С

Дезинтоксикационная терапия.

У пациентов в тяжелом состоянии (отделения реанимации и интенсивной терапии) при наличии показаний проводится инфузионная терапия:

- растворы электролитов,
- раствор глюкозы (5%) в сочетании с аскорбиновой кислотой и панангином;
- альбумин — 10-20% раствор из расчета 5-10/2-5 мг/кг в/в капельно (пациентам с гипоальбуминемией при наличии показаний);
- реамберин (Натрия хлорид + Калия хлорид + Магния хлорид + Натрия гидроксид + Меглюмина натрия сукцинат) - в/в капельно со скоростью до 90 капель/мин (1-4,5 мл/мин) — 400-800 мл/сут.;
- ремаксол (Янтарная кислота + Никотинамид + Инозин + метионин + N- метилглюкамин) — в/в

Симптоматическая терапия включает:

- купирование лихорадки (жаропонижающие препараты - парацетамол, ибупрофен);
- комплексная терапия ринита и/или ринофарингита (увлажняющие / элиминационные препараты, назальные деконгестанты);
- комплексная терапия бронхита (мукоактивные, бронхолитические и прочие средства).

Специфическая профилактика новой коронавирусной инфекции

- В настоящее время средства специфической профилактики новой коронавирусной инфекции находятся в стадии разработки.

Неспецифическая профилактика новой коронавирусной инфекции

Мероприятия в отношении источника инфекции:

- изоляция больных в боксированные помещения/палаты инфекционного стационара;
- использование масок у больных, которые должны сменяться каждые 2 часа,
- транспортировка больных специальным транспортом,
- соблюдение больными кашлевой гигиены,
- использование одноразового медицинского инструментария.

Мероприятия, направленные на механизм передачи возбудителя инфекции:

- мытье рук,
- использование медицинских масок,
- использование спецодежды для медработников,
- проведение дезинфекционных мероприятий,
- обеспечение обеззараживания воздуха,
- утилизация отходов класса В.

Мероприятия, направленные на восприимчивый контингент:

- Элиминационная терапия, представляющая собой орошение слизистой оболочки полости носа изотоническим раствором хлорида натрия, обеспечивает снижение числа как вирусных, так бактериальных возбудителей инфекционных заболеваний, и может быть рекомендована для неспецифической профилактики.
- Использование лекарственных средств для местного применения, обладающих барьерными функциями.
- Своевременное обращение в лечебные учреждения за медицинской помощью в случае появления симптомов острой респираторной инфекции является одним из ключевых факторов профилактики осложнений.

Маршрутизация пациентов и лиц с подозрением на новую коронавирусную инфекцию, вызванную 2019-nCoV

- Медицинская помощь больным осуществляется в виде скорой, первичной медико-санитарной и специализированной медицинской помощи в медицинских организациях, осуществляющих свою деятельность в соответствии с приказами Минздравсоцразвития России от 31.01.2012г. № 69н и от 05.05.2020г. № 521н.

Принимаемые меры в Российской Федерации:

- **В целях недопущения распространения случаев заболеваний, вызванных новым коронавирусом, Роспотребнадзор рекомендует соблюдать следующие меры предосторожности:**

при планировании зарубежных поездок уточнять эпидемиологическую ситуацию; воздержаться от поездок в город Ухань (КНР) до стабилизации ситуации;

при нахождении на территории КНР:

- не посещать рынки, где продаются животные, а также воздержаться от посещения культурно-массовых мероприятий с большим скоплением людей;
- использовать индивидуальные средства защиты органов дыхания (маски);
- мыть руки после посещения мест массового скопления людей и перед приемом пищи;
- при первых признаках заболевания, обращаться за медицинской помощью в лечебные организации, не допускать самолечения;
- при обращении за медицинской помощью на территории Российской Федерации информировать медицинский персонал о времени и месте пребывания в КНР.



Письмо Роспотребнадзора от 31.01.2020г №02/1297-2020-32

«Временный порядок
действий при
лабораторном
подтверждении случая
заболевания новой
коронавирусной
инфекцией»

Информация о подозрении или случае новой коронавирусной инфекции

1. Ф.И.О. пациента
2. Пол пациента
3. Дата рождения пациента
4. Диагноз
5. Дата постановки диагноза
6. Лабораторное подтверждение диагноза: да / нет
7. Эпидемиологический анамнез:
 - А. выезд в Китай – да / нет
 - Б. контакт с больным коронавирусной инфекцией – да / нет,
 - В. Медицинский работник – да / нет
8. Ф.И.О. направившего информацию
9. Должность направившего информацию
10. Контактный телефон направившего информацию
11. Медицинская организация, направившая информацию

Рекомендации ВОЗ для населения в связи с распространением нового коронавируса (2019-нКoB)

- регулярно обрабатывайте руки спиртосодержащим антисептиком или мойте их водой с мылом;
- при кашле и чихании прикрывайте рот и нос салфеткой или сгибом локтя; тут же выкидывайте салфетку и мойте руки;
- держитесь на расстоянии от людей, у которых наблюдается кашель или повышенная температура;
- при повышении температуры, кашле и затруднении дыхания как можно скорее обратитесь за медицинской помощью и расскажите медицинскому специалисту о посещенных местах;
- посещая места торговли живыми животными в районах, где в настоящее время регистрируются случаи инфицирования новым коронавирусом, избегайте прямого контакта с животными или поверхностями, с которыми они соприкасаются, без использования средств защиты;
- не употребляйте в пищу сырые или полусырые продукты животного происхождения. В соответствии с правилами обеспечения безопасности продуктов питания особую осторожность следует проявлять при обращении с сырым мясом, молоком или органами животных во избежание перекрестного загрязнения продуктами питания, не прошедшими термическую обработку.

COVID-19

ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

ЗАЩИТИ СЕБЯ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



Закрывайте рот и нос при чихании и кашле



Антисептиками и мылом с водой обрабатывайте руки и поверхности



Щеки, рот и нос закрывайте медицинской маской



Избегайте людных мест и контактов с больными людьми



Только врач может поставить диагноз – вызовите врача, если заболели



Используйте индивидуальные средства личной гигиены

COVID-19

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ КОМУ 60 И БОЛЕЕ ЛЕТ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

Единый консультационный центр
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8 800 655-48-43



Инфекция передается от больного человека к здоровому при близких контактах



Когда больной человек кашлет или чихает рядом с вами, закройте глаза и нос больного платочком в воздухе, которым вы дышите, на расстоянии и поверхности, в которые вы прикасаетесь



Люди старше 60 лет в группе высокого риска у них возможны серьезные осложнения коронавирусной инфекции, в том числе вирусная пневмония



Редко посещайте общественные места (вокзалы, аэроп, МФЦ, банки)



Часто мойте руки с мылом (глаза, нос, рот, нос и глаза – так вирус может попасть в ваш организм)



Избегайте необязательных поездок в общественном транспорте, особенно в часы пик



При кашле и чихании прикрывайте рот и нос одноразовой бумажной салфеткой, и выбрасывайте её сразу после использования



Протрите влажными антисептическими салфетками предметы, которые были с вами в общественных местах и в транспорте (сиденья, телефоны, книги и др.)



Поздравте близких или сотрудников социальной службы также с отпуском каникулярных услуг, приобретением товаров дистанционно



В случае любого недомогания не идите в поликлинику, а вызывайте врача на дом



Если у вас признаки простуды, а ваши близкие выезжали за рубеж в последние 2 недели, обязательно сообщите об этом врачу, он назначит анализ на новую коронавирусную инфекцию



Если ваши близкие вернулись из-за границы и у них появились признаки простуды – ограничьте с ними контакты, требуйте их обращения за медицинской помощью

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

**Благодарю за
внимание!**

