Информация
о новой коронавирусной инфекции

<table>
<tr><th><u>Как передается вирус?</u></th><th><u>Что нужно делать, чтобы не заразиться?</u></th><th><u>Что нужно делать, чтобы не заразить окружающих?</u></th></tr>
<tr><td>Пути передачи:

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

- воздушно-пылевой (с пылевыми частицами в воздухе),

- контактный (через рукопожатия, предметы обихода)

Факторы передачи:
• воздух (основной),
• пищевые продукты и предметы обихода, контаминированные вирусом.</td><td rowspan="2">- Избегайте поездок в страны, где регистрируются случаи новой коронавирусной инфекции.

- Избегайте контактов с людьми, имеющими признаки простуды и ОРВИ (выделения из носа, кашель, чихание и др.).

- Избегайте мест массового скопления людей.

- Как можно чаще мойте руки с мылом. При отсутствии доступа к воде и мылу используйте одноразовые спиртовые салфетки или увлажняющие гигиен салфетки.

- Прикасайтесь к лицу и глазам только недавно вымытыми руками или одноразовой салфеткой.

- По возможности – не прикасайтесь к ручкам, перилам, другим предметам и поверхностям в общественных местах и ограничьте приветственные рукопожатия, поцелуи и объятия.

- Надевайте одноразовую медицинскую маску в людных местах и транспорте.

- Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.

- Регулярно делайте влажную уборку в помещении, в котором находитесь.

- Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансированно питайтесь и регулярно занимайтесь физическими упражнениями.</td><td rowspan="2">- При появлении признаков ОРВИ оставайтесь дома и вызовите врача. Минимизируйте контакты с другими людьми.

- Используйте одноразовую медицинскую маску. Если нет маски, при кашле и чихании прикрывайте рот одноразовым платком или салфеткой. При невозможности – прикрывайте рот областью локтевого сгиба.

- Не прикрывайте рот кистями рук при кашле и чихании, так как это способствует распространению вируса. При невозможности – немедленно вымойте руки с мылом или тщательно протрите их одноразовыми спиртовыми салфетками или увлажняющими гигиеническими салфетками.

- Использованные платки и салфетки выбрасывайте в мусорные баки.</td></tr>
<tr><td>!!! Информация размещена на официальном сайте Министерство здравоохранения РФ
https://www.rosminzdrav.ru/</td></tr>
</table>