

## Что такое коронавирусы?

Коронавирусы – семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку.

## Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом 2019-nCoV?

- Чувство усталости
- Затрудненное дыхание
- Высокая температура
- Кашель и/или боль в горле

Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп

Если Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели зоны повышенного риска - а это Китай и прилегающие регионы, или Вы сами посещали Китай - к данным симптомам следует отнести максимально внимательно.

## Как передается коронавирус?

Инфекция передается от больного человека здоровому через мельчайшие капельки слюны или слизи, которые выделяются во время чихания, кашля, разговора. Возможна и контактная передача, когда кто-то касается любой загрязненной поверхности, например, дверной ручки.

Люди заражаются когда они касаются загрязненными руками рта, носа или глаз.

## Как защитить себя от заражения коронавирусом?

- Самое главное поддерживать чистоту рук и поверхностей
- Руки часто мойте с мылом или используйте дез. средства.
- Носите дез. средства для рук с собой
- Старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками
- Мойте руки перед едой
- В людных местах максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, не касайтесь лица
- Носите с собой одноразовые салфетки, прикрывайте ими нос и рот при кашле и чихании, обязательно утилизируйте их после использования
- Не ешьте еду из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы
- Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку
- На работе – регулярно очищайте поверхности и устройства к которым прикасаетесь (дверные ручки, поручни, клавиатура, экран смартфона и пр.)

## Что можно сделать дома?

Расскажите детям о профилактике коронавируса. Дети и подростки больше других рискуют заразиться, они часто близко взаимодействуют друг с другом и не являются эталоном поддержания чистоты.

Объясните детям как распространяются микробы и почему важна хорошая гигиена рук и лица.

Убедитесь, что у каждого в семье есть свое полотенце, напомните, что нельзя делиться зубными щетками и другими предметами личной гигиены.

Часто проветривайте помещение.

## Можно ли вылечить новый коронавирус?

На сегодняшний день большинство заболевших людей выздоравливает.

Необходимо обращаться за медицинской помощью.

Есть схемы лечения и препараты, которые помогают выздороветь.

Самым опасным осложнением является вирусная пневмония.

## Кто в группе риска?

В заявлении комиссии по здравоохранению Ухани, где и началось заболевание, говорится, что в основном заболели люди старше 50-лет

Однако люди всех возрастов рискуют заразиться вирусом.

Особенно в зоне риска находятся люди с ослабленной иммунной системой, с сахарным диабетом, с гипертонией.

## Есть ли вакцина от нового коронавируса?

В настоящее время вакцины нет, однако в ряде стран начаты ее разработки

## **Защитится от коронавируса 2019-nCoV поможет маска!**

В условиях сложившейся ситуации в отношении увеличения риска завоза и распространения на территории РФ нового коронавируса напоминаем о целесообразности использования одноразовой медицинской маски в качестве эффективной меры профилактики заражения и распространения инфекции

Использование одноразовой медицинской маски предотвращает попадание в организм здорового человека капель респираторных выделений, которые могут содержать вирусы.

Если вы больны или у вас симптомы вирусного респираторного заболевания, наденьте маску, перед тем как приближаться к людям, если вам необходимо обратиться к врачу заблаговременно наденьте маску

Носите маску, когда находитесь в людных местах

Используйте маску однократно!

Меняйте маску каждые 2-3 часа или чаще!

После чихания – меняйте маску

После использования маски, выкиньте ее.  
После этого вымойте руки.

## **Новый коронаривус страшнее прошлых эпидемий?**

Испанка или испанский грипп, вызванный вирусом H1N1 – остается самой разрушительной пандемией гриппа в современной истории. Заболевание охватило весь земной шар в 1918 году и, по оценкам, привело к гибели от 50 до 100 миллионов человек.

Вспышка свиного гриппа в 2009 года унесла жизни 575 тыс. человек

Азиатский грипп в 1957 году привел к гибели примерно 2-х миллионов человек, а гонконский грипп 11 лет спустя унес 1 миллион человек.

## **В чем разница между коронавирусом и вирусом гриппа?**

Коронавирус и вирус гриппа могут иметь сходные симптомы, но генетически они абсолютно разные.

Вирусы гриппа размножаются очень быстро – симптомы проявляются через два-три дня после заражения, а коронавирусу требуется для этого инкубационный период - 14 дней.

Человек может заразить других людей в течение всего инкубационного периода

Инф. с сайта ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора <http://cgon.ru>.



**ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тверской области»**  
Юр. адрес: г. Тверь, ул. Дарвина, д. 13  
Сайт: <http://www.fguz-tver.ru>  
тел.: (4822) 42-00-95

## **Отделение гигиенического обучения**

**Режим работы:**  
**Пн.-Чт.: 9.00 -17.00**  
**Пт.: 9.00 - 16.45**  
**Обед 13.00 – 13.45**  
**Сб, Вс: - выходной**

## **Профилактика коронавируса 2019-nCoV**

---

**Здоровый образ жизни**