

7 ШАГОВ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

Симптомы заболевания новой коронавирусной инфекции (COVID-19) сходны с симптомами обычного (сезонного) гриппа:

- высокая температура тела
- головная боль
- слабость
- кашель
- затрудненное дыхание
- боли в мышцах
- тошнота
- рвота
- диарея

7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции.

1. Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик.
2. Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
3. Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.
4. Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
5. Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.
6. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)