

Пам'ятка про коронавірус



1. Хто може заразитися цим вірусом?

Люди, які живуть або подорожують в райони, де циркулює вірус 2019-nCoV, можуть піддаватися ризику зараження. В даний час 2019-nCoV циркулює в Китаї, де знаходиться переважна більшість інфікованих людей. Захворілі з інших країн перебували серед людей, які нещодавно приїхали з Китаю або жили чи працювали в тісному контакті з цими мандрівниками. Медичні працівники, які доглядають за хворими 2019-nCoV, піддаються більш високому ризику та повинні захищатися за допомогою відповідних заходів профілактики і контролю інфекцій.

2. Хто має вищий ризик отримання важкої форми захворювання?

Хоча вірус ще не до кінця вивчений, але на сьогодні відомо, що люди похилого віку, а також з хронічними захворюваннями більш схильні до ризику розвитку важких захворювань.

3. Як довго вірус живе на поверхнях?

За попередньою інформацією, вірус може виживати на поверхнях лише протягом декількох годин. Прості дезінфікуючі засоби можуть вбити вірус, унеможлививши зараження людей.

4. Чи можна заразитися вірусом 2019-nCoV від людини, у якої немає симптомів?

Люди, інфіковані 2019-nCoV, можуть бути заразними до того, як проявляться симптоми. Однак, ґрунтуючись на наявних на цей час даних, саме люди, у яких уже є симптоми захворювання, є переважним джерелом поширення вірусу.

5. Чи існують на сьогодні специфічні методи лікування?

На сьогоднішній день немає ліків, рекомендованих для профілактики або лікування нового коронавірусу.

Якщо ви хочете захистити себе від зараження новим коронавірусом, вам слід дотримуватися основних правил гігієни, а також уникати по можливості тісного контакту з усіма, у кого проявляються симптоми респіраторного захворювання, зокрема, кашель і чхання.

Для профілактики захворювання слід дотримуватись стандартних рекомендацій

- часто мийте руки або обробляйте дезінфікуючими засобами;
- під час кашлю або чихання прикривайте рот і ніс паперовою хусткою, уникайте тісного контакту з усіма хто має гарячку та кашель;
- якщо маєте підвищену температуру тіла, кашель й утруднене дихання, якнайшвидше звертайте до сімейного лікаря та повідомте йому попередню історію хвороби;
- не споживайте сирих чи недостатньо термічно оброблених продуктів тваринного походження.

Як протидіяти коронавірусу. Пояснюємо на картинках



Прості засоби можуть стати ефективною зброєю проти поширення коронавірусу. Захистіть себе та своїх близьких — дотримуйтеся правил МОЗ. Зберігайте зображення, щоб не загубити.

Чисті руки

завжди і всюди



20 СЕКУНД

 МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ

unicef 

ПРОСТІ РЕЧІ РЯТУЮТЬ ЖИТТЯ
ВІД КОРОНАВІРУСУ

Маєш питання?

https://t.me/COVID19_Ukraine_Bot

Правильно харчуйтеся та достатньо спіть



**Повноцінне
харчування та сон.
Уникайте перевтоми**



**ПРОСТІ РЕЧІ РЯТУЮТЬ ЖИТТЯ
ВІД КОРОНАВІРУСУ**

Маєш питання?

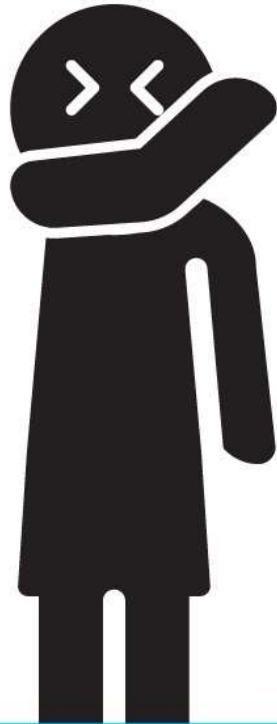
https://t.me/COVID19_Ukraine_Bot

Це не лише підвищить вашу продуктивність, а ще й зміцнить імунітет. Саме завдяки йому 80% тих, хто заражується COVID-19 переносять його та виліковуються.

Читайте цікаві та здорові рецепти на період карантину за посиланням нижче. Також зверніть увагу на обробку продуктів. Не їжте сирі яйця та м'ясо.

Прикривайте рот та ніс

Прикривайте рот і ніс при кашлі або чханні



МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ

unicef 

ПРОСТІ РЕЧІ РЯТУЮТЬ ЖИТТЯ ВІД КОРОНАВІРУСУ

Маєш питання?

https://t.me/COVID19_Ukraine_Bot

Під час кашлю або чхання потрібно прикривати рот та ніс серветкою або згином ліктя. Краще користуватися одноразовими серветками. І не забудьте після цього помити руки.

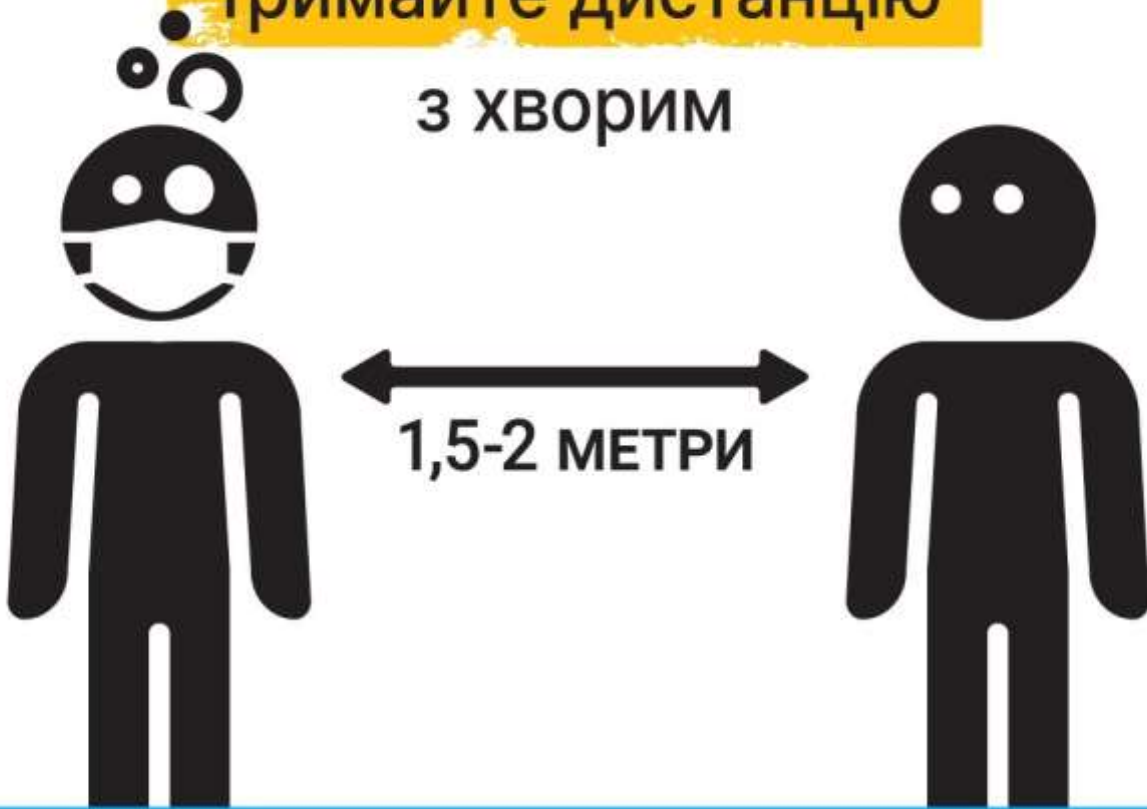
Тримайте дистанцію

МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ

unicef 

Тримайте дистанцію

з хворим



ПРОСТІ РЕЧІ РЯТУЮТЬ ЖИТТЯ
ВІД КОРОНАВІРУСУ

Маєш питання?

https://t.me/COVID19_Ukraine_Bot

Вірус не циркулює в повітрі, він не здатний переміщатися на великі відстані. Вірус є тільки в краплях, які людина видихає під час кашлю чи чхання. Відстань — це гарантія безпеки.

Уникайте тісного контакту з тими, хто має симптоми грипу чи застуди. Особливо це важливо в чергах. Нормальна дистанція — це дві витягнуті руки.

Уникайте скупчення людей



МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ

Уникайте

скупчення лю



ПРОСТІ РЕЧІ РЯТУЮТІ

ВІД КОРОНАВІРУСУ

Ма

<https://t.me/COVID>

Зараз не час масових заходів. Бережіть себе та уникайте скупчення людей.

При перших ознаках телефонуйте лікарю

З'явилися симптоми?

Дзвони лікарю!



 **МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ**

unicef 

ПРОСТІ РЕЧІ РЯТУЮТЬ ЖИТТЯ

ВІД КОРОНАВІРУСУ

Маєш питання?

https://t.me/COVID19_Ukraine_Bot

COVID-19 як і більшість респіраторних захворювань мають схожі симптоми: кашель, підвищена температура, ускладнення дихання.

У разі виникнення симптомів, одразу звертайтеся до сімейного лікаря. Не займайтеся самолікуванням. У разі поганого самопочуття одразу телефонуйте лікарю.

Не торкайтеся обличчя

Не торкайтеся*
очей, носа та рота

* наскільки це можливо



 МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ

unicef 

ПРОСТІ РЕЧІ РЯТУЮТЬ ЖИТТЯ
ВІД КОРОНАВІРУСУ

Маєш питання?

https://t.me/COVID19_Ukraine_Bot

Не торкайтеся обличчя, адже саме на руках найбільше скупчення бактерій. Очі, ніс, рот — це ворота в наш організм, через які туди може потрапити вірус.