



Коронавірус. Профілактика інфікування та поширення



Коронавіруси – це велика родина респіраторних вірусів, що можуть спричиняти захворювання: від звичайної застуди до важкого гострого респіраторного синдрому. Зараз у світі реєструють COVID-19. Вірус не можна називати «смертельним», адже відсоток смертності від всіх зафіксованих випадків складає 3,3%. Тому перш за все не піддавайтесь паніці! У разі проявів застуди викличте лікаря, залиштеся вдома на лікарняному або працюйте ж віддалено за погодженням з керівником, швидше одужуйте і не наражайте колег на ризик захворіти.

Як визначити вірус на початкових стадіях?

- 1** На початковій стадії коронавірус має такі ж симптоми, що й інші гострі вірусні захворювання. Визначити можуть тільки спеціальні тести.
- 2** Найпоширенішими симптомами є головний біль, кашель, лихоманка та утруднення дихання, в деяких випадках – діарея або кон'юнктивіт.
- 3** Новий штам коронавірусу може викликати тяжку форму пневмонії. Саме в цьому його небезпека.

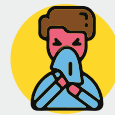
Як знизити ризик інфікування коронавірусом?



Мийте руки з милом (рідким, а не брусковим, і мінімум 20 секунд) або дезінфекційними засобами із вмістом спирту



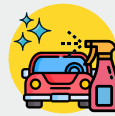
Під час кашлю та чхання прикривайте рот і ніс серветкою або згином ліктя; відразу викидайте серветку і мийте руки



Тримайтеся на відстані від людей, у яких кашель або підвищена температура



Дезінфікуйте посуд, комп'ютерну техніку, телефон



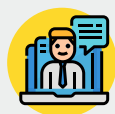
Обробляйте дезінфікуючими засобом дверцята автомобіля, кермо, ручку перемикачів передач



Обмежити тісні контакти (рукоштовання, обійми) зі всіма, а не тільки з хворими

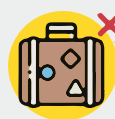


Обмежити відвідування громадських місць та використання громадського транспорту

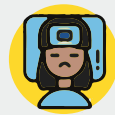


Замінити очні зустрічі на онлайн формат

Залишайтеся здорові під час поїздок та відряджень



Уникайте поїздок, якщо у вас гарячка і кашель



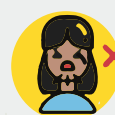
Якщо у вас гарячка, кашель і утруднене дихання, **зверніться до лікаря якомога раніше**



Якщо вам стає погано під час поїздки, **повідомте про це екіпаж та зверніться до лікаря**



Якщо ви звертаєтесь по медичну допомогу, **повідомте лікаря про свої попередні подорожі**



Уникайте тісного контакту з людьми, у яких гарячка та кашель



Часто знезаражуйте руки засобом на основі спирту або мийте з милом



Не торкайтеся очей, носа чи рота



Їжте тільки **добре приготовану їжу**



Не плюйте в громадських місцях



Уникайте тісних контактів із тваринами

Чи варто надягати медичну маску?



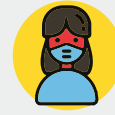
Так. Якщо у вас є респіраторні симптоми – кашель, утруднене дихання



Так. Якщо ви надаєте допомогу особам із респіраторними симптомами



Не потрібно, якщо немає респіраторних симптомів



Медичні працівники мають надягати респіратори



АДМІНСТРАЦІЯ
ДП «ШЕПЕТІВСЬКИЙ ВІЙСЬКОВИЙ ЛІСГОСП»