

## Памятка для населения по коронавирусной инфекции.

- ✓ обрабатывайте/мойте руки, используя антисептические средства на спиртовой основе или мыло и воду, особенно тщательно перед принятием пищи;
- ✓ при кашле и чихании прикрывайте рот и нос тыльной стороной руки, локтем или салфеткой, сразу же выбрасывайте использованную салфетку и вымойте руки;
- ✓ используйте медицинские маски для защиты органов дыхания, а также при первых признаках респираторной инфекции;
- ✓ избегайте близкого контакта с людьми, у которых имеются признаки жара и кашель;
- ✓ следует избегать потребления сырой или недостаточно хорошо приготовленной продукции животного происхождения. Нужно с осторожностью обращаться с сырым мясом, молоком или органами животных, чтобы избежать перекрестной контаминации с неприготовленными продуктами в соответствии с надлежащей практикой обеспечения безопасности пищевых продуктов;
- ✓ при посещении рынков в районах, где на данный момент регистрируются случаи нового коронавируса, избегайте прямого незащищенного контакта с живыми животными и с поверхностями, которые вступали в контакт с животными;
- ✓ используйте орошение слизистой оболочки полости носа изотоническим раствором натрия хлорида, использование барьерных спреев;
- ✓ необходимо планировать поездки в другие населенные пункты и страны с учетом эпидемиологической ситуации;
- ✓ если у вас температура/жар, кашель, затрудненное дыхание, обратитесь за медицинской помощью и сообщите об истории своих перемещений лечебному заведению.

### Профилактика коронавируса

В связи с угрозой распространения нового коронавируса соблюдайте меры предосторожности в поездках:

- уточняйте эпидемиологическую обстановку при планировании путешествия;
- пейте только бутилированную воду, ешьте только термически обработанную пищу;
- используйте маски для защиты органов дыхания;
- мойте руки перед едой и после посещения многолюдных мест.



Не посещайте:

- ✗ рынки, где продаются морепродукты и животные;
- ✗ культурно-массовые мероприятия с участием животных.

❗ При любом недомогании срочно обратитесь за медицинской помощью. При обращении в медицинское учреждение на территории РФ сообщите врачу о времени и месте пребывания в КНР.

# СИМПТОМЫ КОРОНАВИРУСА



ПОВЫШЕННАЯ  
ТЕМПЕРАТУРА



НАСМОРК



БОЛЬ В ГРУДИ



СУХОЙ КАШЕЛЬ



СЛАБОСТЬ



ЛИХОРАДКА



УСКОРЕННОЕ  
СЕРДЦЕБИЕНИЕ



УЧАЩЕННОЕ  
ДЫХАНИЕ

# КОРОНАВИРУС МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ПРИ ПОСЕЩЕНИИ КНР



ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
МЕДИЦИНСКИЕ МАСКИ



ЧАЩЕ МЫТЬ РУКИ



УПОТРЕБЛЯТЬ ТОЛЬКО  
ХОРОШО ПРОЖАРЕННОЕ  
МЯСО/ПРОВАРЕННОЕ ЯЙЦО



ПИТЬ ТОЛЬКО  
БУТИЛИРОВАННУЮ  
ВОДУ



НЕ ПОСЕЩАТЬ РЫНКИ,  
ГДЕ ПРОДАЮТ ЖИВОТНЫХ  
И МОРЕПРОДУКТЫ



НЕ ПОСЕЩАТЬ  
ЗООПАРКИ



ПРИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ ЗАБОЛЕВАНИЯ  
СЛЕДУЕТ ОБРАЩАТЬСЯ ЗА МЕДПОМОЩЬЮ

ПРИ ОБРАЩЕНИИ ЗА МЕДПОМОЩЬЮ  
В РОССИИ – ОБЯЗАТЕЛЬНО ИНФОРМИРОВАТЬ  
О ВРЕМЕНИ И МЕСТЕ ПРЕБЫВАНИЯ В КНР