

В связи с неблагоприятной ситуацией по гриппу и новой коронавирусной инфекции необходимо соблюдать меры профилактики:

1. Регулярное мытье рук, особенно после посещения общественных мест, поездок в общественном транспорте, перед приёмом пищи.

2. Если мыло и вода недоступны, необходимо использовать антибактериальные средства для рук (содержащим не менее 60% спирта) - влажные салфетки или гель.

3. Не следует прикасаться к глазам, носу или рту. Если в этом есть необходимость - убедитесь, что ваши руки чисты.

4. При кашле или чихании важно прикрывать рот и нос одноразовой салфеткой (после чего она должна быть выброшена) или рукавом (не руками).

5. Важно избегать близких контактов, таких как поцелуи, объятия или совместное использование посудой и полотенцами с больными людьми.

6. Использовать медицинские маски при контакте с человеком, имеющим признаки заболевания.

7. Во избежание распространения инфекции, в случае возникновения симптомов простудного заболевания - оставайтесь дома и вызовите врача и обязательно сообщать о факте посещения другой страны и о контакте с заболевшими прибывшими из таких стран как.

Основные симптомы новой коронавирусной инфекции:

- повышение температуры тела выше 38 С;
- кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты);
- ощущение сдавленности в грудной клетке;
- Одышка.

Как объяснить происходящее детям?

Если ваши дети кажутся обеспокоенными, уточните, что именно они слышали, чтобы помочь им отделить правду от мифов. Расскажите о происходящем в соответствии с возрастом ребёнка, будьте честными. Можно сказать, что болезнь началась в Китае, и что сейчас многие страны усердно работают для того, чтобы остановить распространение. Пусть дети знают, что болезнь похожа на сильную простуду, и о том, что они лично могут сделать для того, чтобы оставаться здоровыми.