

## Памятка для населения по профилактике коронавирусной инфекции

Что такое коронавирусная инфекция?

Коронавирусная инфекция - острое инфекционное вирусное заболевание, характеризующееся преимущественно воспалением слизистых оболочек верхних и нижних дыхательных путей с выраженной интоксикацией.

Как происходит заражение?

Наиболее часто заболеванию подвергаются близкие контакты с заболевшим человеком: родственники, медицинские работники, работники коллективов, имевших тесный контакт с заболевшим.

Клинические проявления

Средняя продолжительность инкубационного (скрытого) периода – 3-14 дней.

Длительность заболевания составляет в среднем 6–7 дней.

Основные симптомы: проявляется как простудное заболевание, сначала появляется насморк, больной начинает чихать, жаловаться на заложенность носа, появляется температура. Часто отмечаются першение, боли в горле, кашель, которые иногда могут служить первым признаком заболевания. Затем поражаются нижние отделы дыхательных путей с развитием бронхита, пневмонии. У детей заболевание развивается быстрее, чаще присоединяются осложнения в виде пневмонии и др.

Коронавирусы также могут вызывать обострение астмы и хронических заболеваний легких.

- Воздержаться от поездок в неблагополучные регионы, особенно в КНР до стабилизации ситуации
- По возможности не посещать места массового скопления людей и контактов с больными людьми с признаками ОРВИ
- Использовать защитные маски
- Соблюдать правила личной гигиены (мытьё рук, использование кожных антисептиков, влажных салфеток с бактерицидным действием)
- Регулярно проводить влажные уборки в местах проживания и работы, проветривать помещения, использовать бактерицидные облучатели для обеззараживания воздуха помещений;

Профилактика

**При появлении симптомов  
респираторного заболевания после  
возвращения**

**из неблагополучных стран и регионов,  
особенно из КНР, необходимо  
изолировать больного и немедленно  
обратиться за медицинской помощью,  
сообщив медицинским работникам о  
факте пребывания за границей**

## **Памятка для выезжающих в страны, где регистрируются случаи заболевания новой коронавирусной инфекцией**

В связи с осложнением эпидемиологической ситуации в мире, вызванной распространением заболевания, вызванного новым коронавирусом и заносами инфекции в другие страны

Роспотребнадзор в целях профилактики заболевания, вызванных новым коронавирусом, российским туристам, выезжающим в неблагополучные страны предлагает:

- при планировании зарубежных поездок уточнять эпидемиологическую ситуацию;
- не посещать рынки, где продаются животные, морепродукты;
- употреблять только термически обработанную пищу, бутилированную воду;
- не посещать зоопарки, культурно-массовые мероприятия с привлечением животных;
- использовать средства защиты органов дыхания (маски);
- мыть руки после посещения мест массового скопления людей и перед приемом пищи;
- при первых признаках заболевания, обращаться за медицинской помощью в лечебные организации, не допускать самолечения;
- при обращении за медицинской помощью на территории Российской Федерации информировать медицинский персонал о факте пребывания за границей

Роспотребнадзор рекомендует заранее планировать свои поездки при посещении КНР и воздержаться от поездок в город Ухань до стабилизации ситуации.

## **Памятка для въезжающих из стран, где регистрируются случаи заболевания новой коронавирусной инфекцией**

В связи с осложнением эпидемиологической ситуации в мире, вызванной распространением заболевания, вызванного новым коронавирусом

Роспотребнадзор информирует, что наиболее часто заболеванию подвергаются близкие контакты с заболевшим человеком: родственники, медицинские работники, работники коллективов, имевших тесный контакт с заболевшим

Заболевание проявляется как простудное, сначала появляется насморк, больной начинает чихать, жаловаться на заложенность носа, появляется температура. Часто отмечаются першение, боли в горле, кашель, которые иногда могут служить первым признаком заболевания. Затем поражаются нижние отделы дыхательных путей с развитием бронхита, пневмонии. У детей заболевание развивается быстрее, чаще присоединяются осложнения в виде пневмонии и др.

Роспотребнадзор в целях профилактики заболевания, вызванных новым коронавирусом, российским туристам, въезжающим из неблагополучных стран предлагает:

- При появлении симптомов респираторного заболевания после возвращения из неблагополучных стран, необходимо изолировать больного и немедленно обратиться за медицинской помощью, сообщить медицинским работникам о факте пребывания за границей
- Использовать защитные маски
- Соблюдать правила личной гигиены (мытьё рук, использование кожных антисептиков, влажных салфеток с бактерицидным действием)
- Регулярно проводить влажные уборки в местах проживания и работы, проветривать помещения, использовать бактерицидные облучатели для обеззараживания воздуха помещений.