**Что надо знать о коронавирусе - полезная информация: симптомы, профилактика заболевания.**

[](http://elizavetinskiy56.ru/novosti/profilaktika-grippa-i-koronavirusnoi-infekcii/informaciya-o-koronavirusnoi-infekcii/image/image_view_fullscreen)

короновирус

 Информация о коронавирусной инфекции

что надо знать о коронавирусе - полезная информация:симптомы, профилактика заболевания.

**Информация о коронавирусной инфекции**

**Симптомы заболевания новой коронавирусной инфекцией (COVID-19) сходны с симптомами обычного (сезонного) гриппа:**

         высокая температура тела

         головная боль

         слабость

         кашель

         затрудненное дыхание

         боли в мышцах

         тошнота

         рвота

         диарея

**7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции.**

1.     Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик;

2.     Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.

3.     Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).

4.     Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.

5.     Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.

6.     Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.

7.     Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)

**5 правил при подозрении на коронавирусную инфекцию:**

1.     Оставайтесь дома. При ухудшении самочувствия вызовите врача, проинформируйте его о местах своего пребывания за последние 2 недели, возможных контактах. Строго следуйте рекомендациям врача.

2.     Минимизируйте контакты со здоровыми людьми, особенно с пожилыми и лицами с хроническими заболеваниями. Ухаживать за больным лучше одному человеку.

3.     Пользуйтесь при кашле или чихании одноразовой салфеткой или платком, прикрывая рот. При их отсутствии чихайте в локтевой сгиб.

4.     Пользуйтесь индивидуальными предметами личной гигиены и одноразовой посудой.

5.     Обеспечьте в помещении влажную уборку с помощью дезинфицирующих средств и частое проветривание.

Подробную информацию по вопросам профилактики инфекционных заболеваний можно получить по телефонам «горячей линии»:

8-800-555-49-43 – Единый консультационный центр Роспотребнадзора (круглосуточно, звонок бесплатный);

8 (3532) 44-23-51, 44-23-54 – Управление Роспотребнадзора по Оренбургской области (время работы с 10.00 до 17.00 местного времени, перерыв – с 13.00 до 13.45);

8 (3532) 77-31-64 – ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Оренбургской области» (время работы с 9.00 до 16.00, перерыв – с 13.00 до 14.00).

8-800-200-56-03, 8 (3532) 44-00-03, 44-89-38 министерство здравоохранения Оренбургской области.