

**Памятка для родителей
«Осторожно,
коронавирус 2019-nCoV»**

Что такое коронавирусы?

Коронавирусы — это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные **коронавирусами**, протекают в легкой форме, не вызывая тяжелой симптоматики. Однако, бывают и тяжелые формы, такие как **ближневосточный респираторный синдром (*Mers*)** и **тяжелый острый респираторный синдром (*Sars*)**.

КОРОНАВИРУС. ЧТО НАДО ЗНАТЬ



Вирус передается воздушно-капельным путем.

Коронавирус – возбудитель ОРВИ, при котором отмечается ярко выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной системой.

СИМПТОМЫ



высокая температура тела



кашель



боль в груди



одышка

Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом?

- чувство усталости
- затрудненное дыхание
- высокая температура
- кашель и *(или)* боль в горле

Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп.

Как передается коронавирус?

Как и другие респираторные вирусы, **коронавирус** распространяется через капли, **которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает.** Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязненной поверхности, например дверной ручки.

Люди заражаются, когда они касаются загрязненными руками рта, носа или глаз

Вирусы гриппа размножаются очень быстро — симптомы проявляются через два-три дня после заражения, а **коронавирусу** требуется для этого до 14 дней.



КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ?

СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ

- ✓ ТЩАТЕЛЬНО МОЙ РУКИ ВЕРНУВШИСЬ ДОМОЙ, ПЕРЕД ЕДОЙ, ПОСЛЕ ТУАЛЕТА
- ✓ МОЙ РУКИ ПОСЛЕ КАШЛЯ, ЧИХАНЬЯ, СМОРКАНИЯ
- ✓ ЕСЛИ НЕТ ВОЗМОЖНОСТИ ВЫМЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ, ИСПОЛЬЗУЙ АНТИСЕПТИЧЕСКИЙ ГЕЛЬ
- ✓ НЕ ТРОГАЙ ГЛАЗА, НОС, РОТ ГРЯЗНЫМИ РУКАМИ
- ✓ ЗАНИМАЙСЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ, ВЫСЫПАЙСЯ
- ✓ В КОМНАТЕ ВСЕГДА ДОЛЖЕН БЫТЬ СВЕЖИЙ ВОЗДУХ - ПРОВЕТРИВАЙ!
- ✓ НАДЕВАЙ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ В ЛЮДНЫХ МЕСТАХ И В ТРАНСПОРТЕ
- ✓ ИЗБЕГАЙ КОНТАКТОВ С ЗАБОЛЕВШИМИ



КАШЕЛЬ? НАСМОРК? ТЕМПЕРАТУРА?

- ✓ ОСТАВАЙСЯ ДОМА
(ЧТОБЫ БЫСТРЕЕ ПОПРАВИТЬСЯ И НИКОГО НЕ ЗАРАЗИТЬ)

ВНИМАНИЕ!

СОБЛЮДАЙТЕ ИНТЕРВАЛ 1,5 МЕТРА



БЕРЕГИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ!

ДЛЯ ЧЕГО НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ ДИСТАНЦИЮ

БЕЗ СОБЛЮДЕНИЯ
ДИСТАНЦИИ

С СОБЛЮДЕНИЕМ
ДИСТАНЦИИ

СЕЙЧАС



1 ЧЕЛОВЕК
ЗАРАЖАЕТ



1 ЧЕЛОВЕК
ЗАРАЖАЕТ

ЧЕРЕЗ 5 ДНЕЙ



2,5 ЧЕЛОВЕКА



1,25 ЧЕЛОВЕКА

ЧЕРЕЗ 30 ДНЕЙ



406 ЧЕЛОВЕК



15 ЧЕЛОВЕК

Медицинские
маски - надёжная
защита от вирусов



МЕДИЦИНСКАЯ МАСКА

Медицинская маска - одноразовое медицинское изделие, помогающее предупреждать заражение и распространение инфекций, передающихся воздушно-капельным путем.



должна плотно
закрывать рот,
нос и подбородок

надевать ее нужно
цветной стороной
наружу



менять каждые
2-3 часа

ПРАВИЛА НОШЕНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ



если маска
стала сырой,
то ее нужно
немедленно
сменить

снимать за ушные
петельки, если затронули
поверхность -
немедленно помойте или
продезинфицируйте руки

использованную маску
необходимо сразу выбросить
в мусорное ведро



ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

- 
- 1 Не использовать более двух часов
 - 2 Маска должна плотно прилегать к лицу
 - 3 Не касаться закрепленной маски
 - 4 Мыть руки после прикосновения к использованной маске
 - 5 Не использовать одноразовую маску повторно
 - 6 Носить при контакте больным человеком, а также в общественных местах
 - 7 Утилизировать маску после использования

Что можно сделать дома.

Расскажите детям о профилактике коронавируса. Дети и подростки больше других рискуют заразиться, они часто близко взаимодействуют друг с другом и не являются эталоном в поддержании чистоты.

Объясните детям, как распространяются микробы, и почему важна хорошая гигиена рук и лица.

Убедитесь, что у каждого в семье есть свое полотенце, напомните, что нельзя делиться зубными щетками и другими предметами личной гигиены.

Часто проветривайте помещение.

Если у вас симптомы вирусного респираторного заболевания и вам необходимо обратиться к врачу, заблаговременно наденьте маску, чтобы защитить окружающих в зоне ожидания.



БУДЬТЕ
ЗДОРОВЫ !