ПАМЯТКА

**Коронавирусы-**

это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные коронавирусами, протекают в лёгкой форме, не вызывая тяжёлой симптоматики. Однако бывают и тяжёлые формы, такие как ближневосточный респираторный синдром (Mers) и тяжёлый острый респираторный синдром (Sars).

**Симптомы**

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

* Чувство усталости
* Затруднённое дыхание
* Высокая температура
* Кашель и/или боль в горле

Если Вы посещали в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы) или были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели зоны повышенного риска, тогда к симптомам следует отнестись максимально внимательно.

Необходимо как можно скорее обратиться в медицинскую организацию для проведения обследования и сдачи анализов.

**Чтобы снизить персональный риск заражения коронавирусной инфекции:**

* Мойте руки с мылом и водой или используйте антисептические спиртосодержащие средства
* При кашле и чихании прикрывайте рот и нос рукой или салфеткой
* Избегайте близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы, похожие на простуду или грипп
* Готовьте мясо и яйца до полной готовности
* Избегайте незащищенного контакта с живыми дикими или сельскохозяйственными животными
* Избегайте незащищенного контакта с больными (включая касания руками глаз, носа или рта) и с живыми сельскохозяйственными или дикими животными

**Мойте руки:**

* После чихания или кашля
* При уходе за больными
* До, во время, и после приготовления пищи
* До употребления пищи
* После похода в туалет
* Когда руки явно загрязнены
* После контакта с животными или отходами их жизнедеятельности
* Мойте руки с мылом под проточной водой, когда руки явно загрязнены

**Защитите окружающих от инфекции**

* Прикрывайте рот и нос салфеткой, рукавом, или рукой при кашле и чихании
* Выкидывайте салфетки в закрытые мусорные баки после использования
* Мойте руки после кашля или чихания и при уходе за больными

**Готовьте правильно:**

* Используйте разные разделочные доски и ножи для сырого мяса и готовой пищи
* Мойте руки в промежутке между разделкой сырого мяса и обращением с готовой пищей
* Придерживайтесь надлежащей практики обеспечения безопасности пищевых продуктов
* Мясо больных животных и животных, погибших от болезни, не должно идти в пищу
* Во время приготовления пищи из сырого мяса, молока или органов животных следует соблюдать осторожность в целях недопущения контакта сырых продуктов с уже приготовленными, чтобы избежать перекрестного загрязнения.

**Будьте аккуратны при покупках на рынках под открытым небом**

 **(на стихийных рынках)**

* Мойте руки с мылом и водой после того, как прикасались к животным или продуктам животного происхождения
* Избегайте контакта рук с глазами, носом и ртом
* Избегайте контакта с больными животными или испорченным мясом
* Избегайте контакта с бродячими животными, твердыми или жидкими отходами жизнедеятельности животных на рынке

Если возникнет ощущение недомогания, плохого самочувствия, симптомов острой респираторно-вирусной инфекции (ОРВИ), необходимо как можно скорее обратиться в медицинскую организацию для проведения обследования и сдачи анализов. Кроме того, важно в это время пользоваться носовыми платками (одноразовыми бумажными), респираторными масками и стараться как можно меньше общаться с окружающими.

**При обращении в медицинскую организацию, обязательно проинформировать врача о пребывании в странах, в которых зарегистрирована заболеваемость**

**коронавирусом.**

