

- перед приготовлением и приемом пищи вымыть руки под проточной или бутилированной водой, обработать руки кожным антисептиком, использовать только одноразовую посуду, овощи и фрукты мыть проточной, бутилированной или кипяченой водой, не использовать воду из ручьев;

- на весь период пребывания на дачном участке обеспечить проведение уборки жилых помещений, обработку столовой посуды и кухонного инвентаря, пользоваться антисептиками для рук, в магазины выходить только при необходимости, используя маску для защиты органов дыхания и перчатки. при возвращении в дом мыть руки и обрабатывать их кожным антисептиком.

1. Что делать при обнаружении симптомов коронавируса.

Ежедневный поток информации о распространении нового типа коронавируса вселяет закономерные опасения за собственное здоровье. Даже люди, не имеющие склонности к панике, начинают искать у себя те самые симптомы, о которых говорится в СМИ.

Когда стоит обращаться к врачу?

Всемирная организация здравоохранения и российское Министерство здравоохранения настоятельно рекомендуют обращаться за медицинской помощью при наличии следующих симптомов:

- повышение температуры;
- появление кашля;
- затруднение дыхания.

Особенно стоит насторожиться при глубоком сухом кашле, боли в области грудной клетки, затрудненном дыхании, одышке при ходьбе.

Порядок действий

При обнаружении у себя симптомов коронавируса, особенно, если вы прибыли из стран с неблагоприятной эпидемиологической обстановкой, необходимо выполнить ряд обязательных действий.

1. Оставайтесь дома. Старайтесь меньше контактировать с людьми. По возможности изолируйтесь в отдельной комнате, чтобы не заразить близких людей. Постарайтесь определить для себя индивидуальные средства гигиены, и посуду.

2. При повышенной температуре тела, кашле, затруднении дыхания — немедленно звоните в скорую помощь. По телефону обязательно сообщите о своих последних поездках в другие страны, если они были. Номер телефона с мобильного — 103.

3. Пользуйтесь медицинскими масками для защиты окружающих. Если их нет, можно использовать одноразовые салфетки для кашля и чихания. В противном случае, можно использовать сгиб локтя.

4. Хорошо проветривайте помещение и увлажняйте воздух.

Пересушивание слизистой и отсутствие кислорода может ухудшить симптомы.

5. Организуйте доставку еды на дом, если приносить вам ее некому. Для этого есть специальные службы, интернет-магазины и так далее. Если в вашем

- ГБУЗ «Инфекционная больница №3» МЗКК г. Новороссийск (ул. Революции 1905 года, 30);

- ГБУЗ «Инфекционная больница №4» МЗКК г. Армавир (ул. Пугачева, д. 7).

Также в крае есть пять лабораторий, принадлежащих медицинским организациям. Это:

- ГБУЗ «Детская городская клиническая больница» «Центр лабораторных технологий (Лаборатории Кубани)» (г. Краснодар, ул. Академика Лукьяненко, 97);

- ГБУЗ «Клинический центр профилактики и борьбы со СПИД» (г. Краснодар, ул. Митрофана Седина, 204/2);

- ГБУЗ «НИИ - ККБ № 1 имени профессора С.В. Очаповского» (г. Краснодар, ул. 1 Мая, 167);

- ГБУЗ «Клинический кожно-венерологический диспансер» (г. Краснодар, ул. Рашпилевская, 179);

- ГБУЗ «Станция переливания крови» (г. Краснодар, ул. Димитрова, 166).

Лечение коронавируса

Лекарства с подтвержденной эффективностью против коронавируса нет. В большинстве случаев лечение симптоматическое.

Горячая линия министерства здравоохранения Краснодарского края по коронавирусу 8-800-200-03-66.

3. Как правильно носить медицинскую маску

1. *Закрепить маску так*, чтобы она плотно закрывала рот, нос и подбородок.

2. *Использованную* маску необходимо выбросить в мусорное ведро.

3. Не стоит носить маску *на свежем воздухе*.

4. После ухода за больным маску нужно снять и сразу выбросить, *не надевать ее повторно*.

5. *Если маска стала сырой*, то ее нужно немедленно сменить на новую и сухую.

6. Меняйте маску каждые *2-4 часа*.

7. Надевать маску нужно *цветной стороной наружу*.

8. *Не кладите* использованную маску в карман или сумку.

9. *Снимать маску* нужно за ушные петельки. Если затронули поверхность, то тщательно помойте руки с мылом.

10. *Надевать маску нужно:*

- в местах массового скопления людей (в помещении или общественном транспорте);

- при общении с людьми, у которых кашель, чихание или насморк;

- при уходе за больным.

ВАЖНО!

Медицинская маска не может обеспечить полной защиты от заболевания. Чтобы не заразиться, нужно соблюдать и другие профилактические меры.