**Профилактика коронавирусной инфекции (COVID-19)**

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

* высокая температура тела
* головная боль
* слабость
* кашель(сухой)
* затрудненное дыхание
* боли в мышцах
* тошнота
* рвота
* диарея

**Для профилактики**

**коронавирусной инфекции (COVID-19):**

* Используйте одноразовую медицинскую маску в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа. Не следует применять маски с клапанами.
* Если вы надели или сняли маску либо прикоснулись к ней, проведите гигиеническую обработку рук.
* Носите маску так, чтобы она закрывала нос, рот и подбородок.
* После снятия маски кладите ее в чистый полиэтиленовый пакет; тканевые маски необходимо ежедневно стирать, а медицинские маски необходимо утилизировать с бытовым мусором.
* Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.
* Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
* Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.
* Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка).
* Вакцинация, ревакцинация против **COVID-19** способствует повышению иммунитета у человека и обеспечивает значимое снижение тяжести течения заболевания при заражении коронавирусом.

Рекомендации 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.**

**ГУ «Россонский РЦГЭ»,2023г.**