



# Как передается коронавирус в общественных местах

Коронавирус 2019-nCoV передается воздушно-капельным путем



Дезинфицируйте руки, если трогали



Сушилки для рук



Поручни в общественном транспорте



Дверные ручки



Спортивные снаряды в тренажерных залах



Банкоматы



Необходимо дезинфицировать



Экраны смартфонов



Пульты



Клавиатуры компьютеров



Домашние животные не являются переносчиками 2019-nCoV

Правила профилактики



Чихать и кашать в одноразовую салфетку или чихать в локоть



Обрабатывайте руки и поверхности антисептиками



Щеки, нос и рот закрывайте медицинской маской



Избегайте людных мест и контактов с больными людьми



Обратитесь к врачу при признаках недомогания



РАССКАЖИ МНЕ ПРО  
КОВИД!



# COVID-19

## ЧТО ТАКОЕ COVID-19?

ЭТО НОВЫЙ МИКРОБ, ВСЕ  
НАЗЫВАЮТ ЕГО КОРОНАВИРУС



- ОН ЗАРАЖАЕТ ЛЮДЕЙ КАК ВИРУС ГРИППА
  - БОЛЬШЕ ВСЕГО ОН ЛЮБИТ ПУТЕШЕСТВОВАТЬ ОТ ЧЕЛОВЕКА К ЧЕЛОВЕКУ В МЕЛЧАЙШИХ КАПЛЯХ, КОТОРЫЕ ОБРАЗУЮТСЯ, КОГДА ЛЮДИ ГОВОРЯТ, ЧИХАЮТ И КАШЛЯЮТ

КОГДА ВО ВРЕМЯ  
ПУТЕШЕСТВИЙ ОН ДЕЛАЕТ  
СТАВКИ НА ТЕЛЕФОНАХ  
И ДВЕРНЫХ РУЧКАХ



- ОН ОЧЕНЬ НЕ ЛЮБИТ МЫЛО, ПОЭТОМУ, КОГДА ТЫ МОЕШЬ РУКИ, ВИРУС ОБИЖАЕТСЯ И УБЕГАЕТ



ВРАЧИ И УЧЕНЫЕ РАБОТАЮТ НАД СОЗДАНИЕМ ВАКЦИНЫ,  
ЧТОБЫ БОЛЬШЕ НИКТО НЕ ЗАБОЛЕЛ, НО ПОКА...



## ТЫ МОЖЕШЬ СРАЗИТЬСЯ С ВИРУСОМ!

- МОЙ РУКИ ПЕРЕД ЕДОЙ, ПОСЛЕ ТУАЛЕТА И ВЕРНУВШИСЬ С УЛИЦЫ КОГДА МОЕШЬ РУКИ - ПОЙ СВОЮ ЛЮБИМУЮ ПЕСЕНКУ
- ВО ВРЕМЯ КАШЛЯ И ЧИХАНИЯ ПРИКРЫВАЙ РОТ ЛОКТЕМ
- ОСТАВАЙСЯ ДОМА КАК МОЖНО ДОЛЬШЕ, ОБЩАЙСЯ С ДРУЗЬЯМИ ПО ВИДЕОСВЯЗИ
- ПОМОГАЙ СВОЕЙ СЕМЬЕ С ДОМАШНИМИ ДЕЛАМИ
- ПОПРОСИ ВЗРОСЛОГО, КОТОРОМУ ТЫ ДОВЕРЯЕШЬ, ОТВЕТИТЬ НА ВОПРОСЫ, ПОДЕЛИСЬ С НИМ СВОИМИ ПЕРЕЖИВАНИЯМИ



ЕСЛИ КАЖДЫЙ СДЕЛАЕТ ВСЕ ВОЗМОЖНОЕ,  
ЧТОБЫ ОСТАВАТЬСЯ ЗДОРОВЫМ, ТО  
ОКРУЖАЮЩИЕ ЕГО ЛЮДИ ТОЖЕ БУДУТ  
ЗДОРОВЫМИ



- СТАРАЙСЯ НЕ ТРОГАТЬ ГЛАЗА И ЛИЦО ГРЯЗНЫМИ РУКАМИ
- НЕ ОБНИМАЙ И НЕ ЦЕЛУЙ БАБУШКУ И ДЕДУШКУ
- ЕСЛИ ПОЧУВСТВУЕШЬ СЕБЯ ПЛОХО ПЕРЕЖИВАЙ, П

## Защитите окружающих от инфекции

При кашле и чихании **прикрывайте рот и нос** согнутым локтем или салфеткой. После этого сразу же выбросьте салфетку и вымойте руки.



Использованные салфетки выбрасывайте в закрытые мусорные баки

После кашля или чихания и при уходе за больными **протирайте руки** антисептическими спиртосодержащими средствами или мойте руки водой с мылом



## Защитите себя и окружающих от инфекции

### Мойте руки

- после чихания или кашля
- при уходе за больными
- до, во время, и после приготовления пищи
- до употребления пищи
- после посещения туалета
- когда руки явно загрязнены
- после контакта с животными или отходами их жизнедеятельности



Всемирная организация здравоохранения



Всемирная организация здравоохранения



# ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ ИНФЕКЦИИ ВО ВРЕМЯ ПОЕЗДКИ

При кашле и чихании **прикрывайте рот и нос согнутым локтем или салфеткой. После этого сразу же выбросьте салфетку и вымойте руки**



Используя маску, **убедитесь в том, что она прикрывает рот и нос. Надев маску, старайтесь не прикасаться к ней**



**Выбросьте одноразовую маску сразу же после использования и вымойте руки**



Всемирная организация  
здравоохранения

# ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ ИНФЕКЦИИ ВО ВРЕМЯ ПОЕЗДКИ

**Избегайте близких контактов с людьми, которые имеют признаки высокой температуры или кашляют**



**Часто протирайте руки антисептическими спиртосодержащими средствами или мойте руки с мылом и водой**

**Не прикасайтесь к глазам, носу или рту**



Всемирная организация  
здравоохранения

## 8 СОВЕТОВ КАК ГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ О КОРОНАВИРУСЕ



**1. ЗАДАВАЙТЕ ОТКРЫТЫЕ ВОПРОСЫ  
И СЛУШАЙТЕ**



**2. БУДЬТЕ ЧЕСТНЫ:  
ОБЪЯСНИТЕ ПРАВДУ  
ДОСТУПНЫМ ДЛЯ РЕБЕНКА ЯЗЫКОМ**



**3. ПОКАЖИТЕ ИМ,  
КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ  
И СВОИХ ДРУЗЕЙ**



**4. ПОДБОДРИТЕ ИХ**



**5. ПРОВЕРЬТЕ,  
ИСПЫТЫВАЮТ ЛИ ОНИ  
НА СЕБЕ СТИГМУ  
ИЛИ РАСПРОСТРАНЯЮТ ЕЕ**



**6. ИЩИТЕ ПОМОЩНИКОВ**



**7. ПОЗАБОТЬСЯ О СЕБЕ**



**8. ЗАВЕРШИТЕ РАЗГОВОР,  
ДЕМОНСТРИРУЯ ЗАБОТУ**

Информация подготовлена на основе материалов ЮНИСЕФ





Для того чтобы COVID-19 не распространялся дальше, гражданам, у которых был контакт с больными или тем, кто вернулся из путешествия или был в командировке, необходимо сообщить о своем возвращении в штаб по борьбе с коронавирусной инфекцией вашего региона и соблюдать карантин у себя дома 14 дней.

### ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ?

- Не выходить из дома весь период карантина, даже для того что бы получить посылку, купить продукты или выбросить мусор;
- по возможности находится в отдельной комнате;
- пользоваться отдельной посудой, индивидуальными средствами гигиены, бельем и полотенцами;
- приобретать продукты и необходимые товары домашнего обихода дистанционно онлайн или с помощью волонтеров;
- исключить контакты с членами своей семьи или другими лицами;
- использовать средства индивидуальной защиты и дезинфицирующие средства (маска, спиртовые салфетки).



### ПОЧЕМУ ИМЕННО 14 ДНЕЙ?

Две недели карантина по продолжительности соответствуют инкубационному периоду коронавирусной инфекции – времени, когда болезнь может проявить первые симптомы.

### ЧТО ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ КАРАНТИНА?

- мыть руки водой с мылом или обрабатывать кожными антисептиками - перед приемом пищи, перед контактом со слизистыми оболочками глаз, рта, носа, после посещения туалета;
- регулярно проветривать помещение и проводить влажную уборку с применением средств бытовой химии с моющим или моюще-дезинфицирующим эффектом.



### ЧТО ДЕЛАТЬ С МУСОРОМ?

Бытовой мусор нужно упаковать в двойные прочные мусорные пакеты, плотно закрыть и выставить за пределы квартиры. Утилизировать этот мусор можно попросить друзей, знакомых или волонтеров.

### КАК ПОДДЕРЖИВАТЬ СВЯЗЬ С ДРУЗЬЯМИ И РОДНЫМИ?



Вы можете общаться со своими друзьями и родственниками с помощью видео и аудио связи, по интернету, главное не выходить из дома до тех пор, пока не закончится карантин.

### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОЯВИЛИСЬ ПЕРВЫЕ СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

Если вы заметили у себя первые симптомы COVID-19 необходимо сразу же сообщить об этом в поликлинику.

### КТО НАБЛЮДАЕТ ЗА ТЕМИ, КТО НАХОДИТСЯ НА КАРАНТИНЕ? У НИХ БЕРУТ АНАЛИЗЫ НА КОРОНАВИРУС?



Для контроля за нахождением на карантине могут использоваться электронные и технические средства контроля. За всеми, кто находится на карантине, ведут медицинское наблюдение на дому и обязательно ежедневно измеряют температуру. На 10 сутки карантина, врачи производят отбор материала для исследования на COVID-19 (мазок из носа или ротоглотки).

### КАК ПОЛУЧИТЬ БОЛЬНИЧНЫЙ НА ПЕРИОД КАРАНТИНА?

Пока вы находитесь в режиме карантина дома, вам открывают лист нетрудоспособности на две недели. Чтобы получить больничный не нужно приходить в поликлинику, его можно оформить дистанционно на сайте Фонда социального страхования (ФСС).

### ЧТО БУДЕТ С ТЕМИ, КТО НЕ СОБЛЮДАЛ ИЛИ НАРУШИЛ КАРАНТИН?

При нарушении режима карантина, человек помещается в инфекционный стационар.

### КАК ПОНЯТЬ, ЧТО КАРАНТИН ЗАКОНЧИЛСЯ?



Карантин на дому завершается после 14 дней изоляции, если отсутствуют признаки заболевания, а также на основании отрицательного результата лабораторных исследований материала, взятого на 10 день карантина.

## БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

# COVID-19

## ОСНОВНЫЕ РАЗЛИЧИЯ МЕЖДУ СИМПТОМАМИ КОРОНАВИРУСА COVID-19, ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ГРИППА

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

СИМПТОМЫ	КОРОНАВИРУС	ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	ГРИПП
Повышенная температура	<b>часто</b>	редко	<b>часто</b>
Усталость	иногда	иногда	<b>часто</b>
Кашель	<b>часто (сухой)</b>	незначительный	<b>часто (сухой)</b>
Чихание	нет	<b>часто</b>	нет
Боль в суставах	иногда	<b>часто</b>	<b>часто</b>
Насморк	редко	<b>часто</b>	иногда
Боль в горле	иногда	<b>часто</b>	иногда
Диарея	редко	нет	иногда (у детей)
Головная боль	иногда	редко	<b>часто</b>
Одышка	иногда	нет	нет



# COVID-19

## ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

## ЗАЩИТИ СЕБЯ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



**З**акрывайте рот и нос при чихании и кашле



**А**нтисептиками и мылом с водой обрабатывайте руки и поверхности



**Щ**еки, рот и нос закрывайте медицинской маской



**И**збегайте людных мест и контактов с больными людьми



**Т**олько врач может поставить диагноз – вызовите врача, если заболели



**И**спользуйте индивидуальные средства личной гигиены

# COVID-19

## КАК ВЫБРАТЬ АНТИСЕПТИК ДЛЯ РУК

РОС  
ЕДИНЫ  
РОСПОТ



1. ЧАЩЕ МОЙТЕ РУКИ



2. НЕТ ВОЗМОЖНОСТИ ПОМЫТЬ  
РУКИ, ИСПОЛЬЗУЙТЕ  
КОЖНЫЕ АНТИСЕПТИКИ



3. ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ  
НА СОСТАВ АНТИСЕПТИКА



4. ВНИМ  
И





# МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ КОРОНАВИРУСА COVID-2019

[coronavirus-24.ru](http://coronavirus-24.ru)



Носите маску



Чаще м



Избегайте контакта с  
разными животными



Не употребляйте  
сырое мясо



Избегайте прямого контакта  
с зараженными



Соблюдайте  
личную



При кашле используйте  
бумажные салфетки



При плохом самочувствии  
проконсультируйтесь с



Первые случаи заражения коронавирусом инфекцией были выявлены в провинции Ухань. Китай



**НЕТ ВАКЦИНЫ!**



### КАК ПЕРЕДАЁТСЯ!



Воздушно-капельным путем при чихании и кашле!



Контактным путем!

**Инкубационный период составляет 2-14 дней!**

# КОРОНАВИРУС –

это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.



### КАК НЕ ДОПУСТИТЬ!



Чаще мыть руки!



Использовать медицинские маски!



Не выезжать в очаг заболевания (Китай, г. Ухань)

## СИМПТОМЫ



ТЕМПЕРАТУРА



КАШЕЛЬ



БОЛЬ В ГРУДИ



ГОЛОВНАЯ БОЛЬ



СЛАБОСТЬ



БОЛЬ В ГОРЛЕ



ДИАРЕЯ



КРОВОКАРХАНИИ

**ПРИ ПОЯВЛЕНИИ СИМПТОМОВ НЕМЕДЛЕННО О**





# ЧИСТОТА РУК - ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ

## Моем руки правильно!



1  
ополосни руки  
теплой водой



2  
нанеси на ладони мыло



3  
намыливай руки 20 счетов  
(мой между ладонями)



4  
вымой тыльную сторону  
ладоней



5  
вымой между пальцами



6  
вымой большой  
палец



7  
вымой кончики  
пальцев - под ногтями



8  
вымой запястья



9  
смой пену с рук под  
струей воды



10  
вытри руки полотенцем  
личным или  
одноразовым

## Мойте руки :



до и  
после еды



после посещения  
туалета



после игры с  
животными



если ты чихал,  
кашлял



после пребывания  
на открытом  
воздухе



когда  
руки грязные



# КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ



Если ее носить неправильно, риск подхватить инфекцию возрастает



1

**Закрепите маску так,**  
чтобы она плотно закрывала рот,  
нос и подбородок



2

**Использованную**



6

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



7





# ВАШ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПЛАН ПРОФИЛАКТИКИ:



НОСИТЕ МАСКУ



МОЙТЕ РУКИ



ПРАВИЛЬНО ПИТАЙТЕСЬ



ЗАНИМАЙТЕСЬ ФИЗКУЛЬТУРОЙ



ХОРОШО ВЫСПАЙТЕСЬ



ПОЛЬЗУЙТЕСЬ АНТИСЕПТИКОМ



ПРИКРЫВАЙТЕ РОТ ПРИ КАШЛЕ, ЧИХАНИИ



РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ



ПРИВИВАЙТЕСЬ ОТ ГРИППА

# ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ДРУГИХ ОРВИ



## СИМПТОМЫ

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ

НАСМОРК

ТЕМПЕРАТУРА

БОЛЬ В ГОРЛЕ

УСТАЛОСТЬ

КАШЕЛЬ

ЛОМОТА

РАССТРОЙСТВО ПИЩЕВА





# СТРУКЦИЯ ДЛЯ ДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД ОФИЛАКТИКИ ЭПИДЕМИИ РОНАВИРУСА

**В ПЕРИОД  
КАРАНТИНА  
НЕОБХОДИМО  
С ООБЫМ  
ВНИМАНИЕМ  
ОТНЕСТИСЬ  
К ДЕТЯМ!**

ПОТРЕБНАДЗОР РОССИИ  
ОММЕНДУЕТ РОДИТЕЛЯМ  
ОГРАНИЧИТЬ КОНТАКТЫ  
ДЕТЕЙ ИЗ-ЗА ВСПЫШКИ  
КОРОНАВИРУСА



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



**СЛЕДУЕТ ИЗБЕГАТЬ  
ПОСЕЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ  
ЛЮБЫХ ОБЩЕСТВЕННЫХ  
МЕСТ:**

- магазинов, торговых центров, кинотеатров
- общественного транспорта



**ВО ВРЕМЯ ПРОГУЛКИ  
НЕ СЛЕДУЕТ СОБИРАТЬСЯ  
КОМПАНИЯМИ ДЛЯ ИГР,  
ИЗБЕГАЙТЕ ЛЮБЫХ  
КОНТАКТОВ**



**ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ  
МЕРОПРИЯТИЯ – ЭТО НЕ  
ТОЛЬКО ОТМЕНА ЗАНЯТИЙ  
В ШКОЛАХ, НО И  
ОГРАНИЧЕНИЕ ЛЮБЫХ  
МАССОВЫХ СКОПЛЕНИЙ  
ЛЮДЕЙ.**



**ОТВЕТСТВЕННОСТЬ  
ЗА ЖИЗНЬ И**

**ПОЭТОМУ ДЕТИ В ПЕРИОД  
КАРАНТИНА ДОЛЖНЫ**

ЭЛЕКТРОННЫЙ  
ТАТАРСТАН





# ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД ПРОФИЛАКТИКИ ЭПИДЕМИИ КОРОНАВИРУСА

Даже во время  
прогулки следует  
избегать любых  
контактов,

тем более -  
собираться  
компаниями для игр



# ПРАВИЛЬНО ЛИ ВЫ МОЕТЕ РУКИ?

## ПЯТЬ ПРАВИЛ МЫТЬЯ РУК

1.

Соблюдайте основные правила мытья рук



Смочите руки  
теплой водой



Нанесите мыло  
на ладони



Тщательно разот-  
рите мыло по всей  
поверхности рук



Уделите внима-  
ние запястьям



Тщательно  
вымойте большой  
палец каждой руки



Смойте остатки  
мыла теплой водой



Вытрите руки  
одноразовым  
полотенцем



Теперь ваши  
руки чистые

2.

Мойте руки с мылом не менее 20 секунд

3.

21 22.

Убедитесь, что смыли с рук пену  
перед тем, как вытереть их насухо