

Несмотря на отмену большей части ограничений и отсутствие резкого роста заболеваемости коронавирусом, риски распространения сохраняются

В связи с этим **РЕКОМЕНДУЕМ** не забывать о простых мерах предосторожности. Эти же меры помогут снизить риски заражения другими респираторными заболеваниями, в том числе гриппом



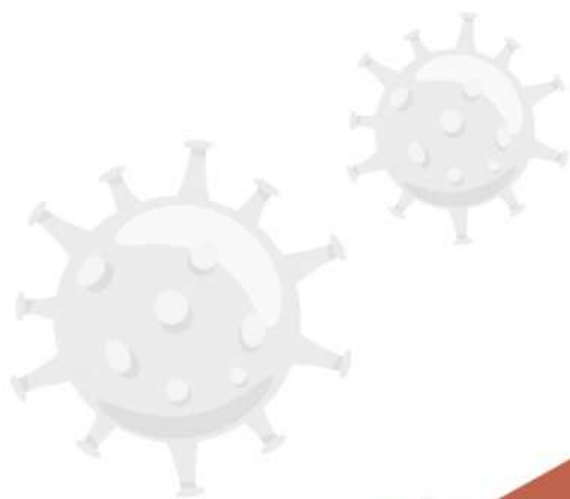
ПРИ ПЛОХОМ САМОЧУВСТВИИ избегайте
контакта с окружающими

даже если у вас отрицательный
результат ПЦР-теста. Дождитесь,
когда насморк, боль в горле, боль
в голове и конечностях, кашель,
повышенная температура или лихорадка,
одышка, общая слабость пройдут
окончательно



МОЙТЕ РУКИ

Это простая и известная всем с раннего детства процедура – важный элемент профилактики коронавируса и действительно помогает сохранить здоровье

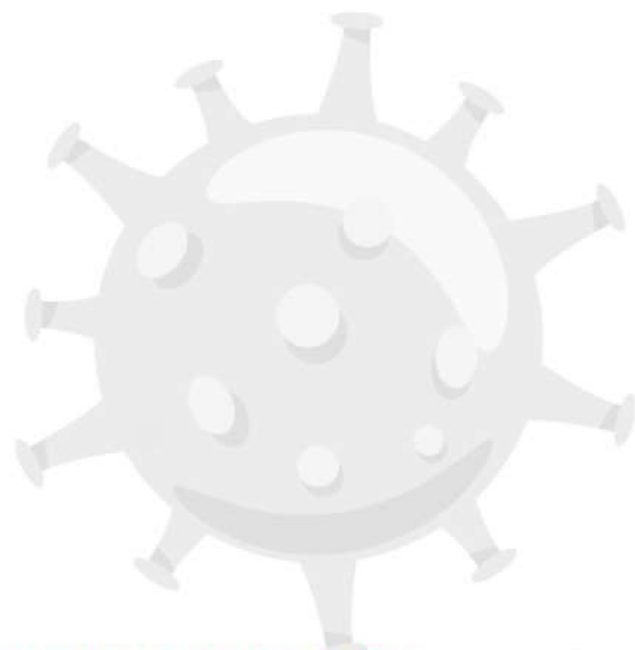




**НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ.
Вызовите врача!**

Если вы почувствовали, что заболеваете и симптомы болезни нарастают, немедленно обратитесь за медицинской помощью, вызовите врача на дом и следуйте его рекомендациям

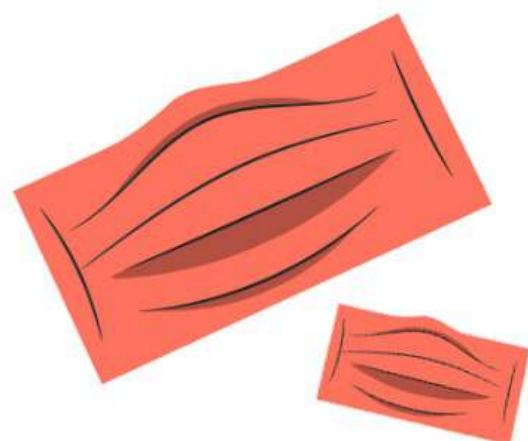




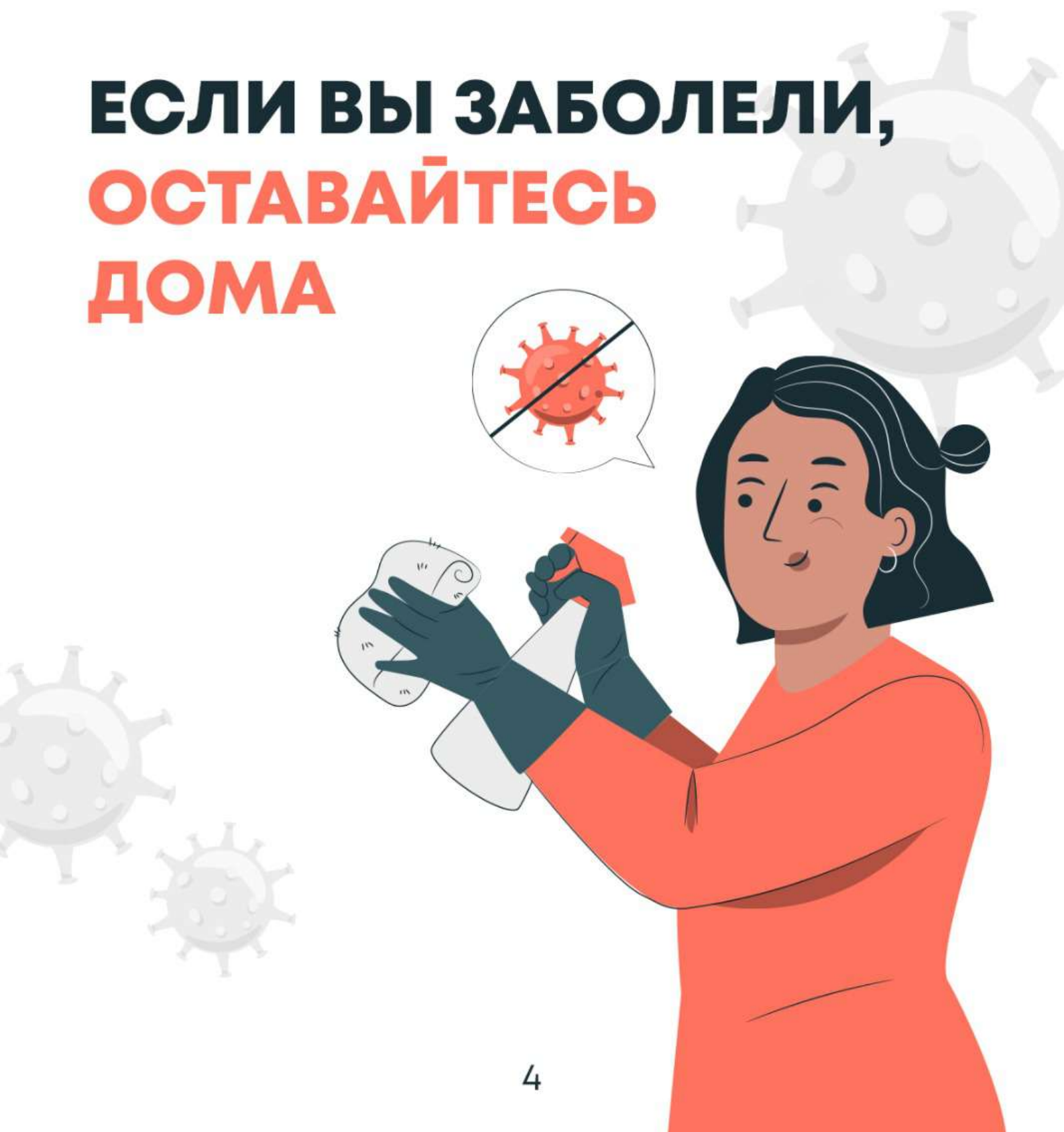
**НОСИТЕ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ
в местах скопления людей**



Это особенно важно для уязвимых категорий населения, в число которых входят люди с хроническими заболеваниями



ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА





ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ от тяжелого течения заболевания с помощью вакцинации

Помните, что рекомендуется
прививаться от COVID-19 каждые
полгода, для того чтобы поддерживать
необходимый уровень иммунитета
для борьбы с заболеванием

