

Профилактика коронавируса

Телефон "горячей" линии Роспотребнадзора по коронавирусу:
8-800-555-49-43.

"Горячая" линия Росздравнадзора по вопросам отсутствия медицинских масок и противовирусных препаратов в аптечных организациях:
8-800-550-99-03.

Как защититься от коронавируса 2019-nCoV

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).
Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом?

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

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

Если у вас есть аналогичные симптомы, подумайте о следующем:

Вы посещали в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)?

Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)?

Если ответ на эти вопросы положителен- к симптомам следует относиться максимально внимательно.

Как передаётся коронавирус?

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз.

Изначально, вспышка произошла от животных, предположительно, источником стал рынок морепродуктов в Ухани, где шла активная торговля не только рыбой, но и такими животными, как сурки, змеи и летучие мыши.

КАК ПРАВИЛЬНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКОЙ

Коронавирус нового типа передается от человека к человеку при близком контакте: когда люди говорят, чихают или кашляют. Используйте медицинскую маску, чтобы обезопасить себя от заражения. Важно соблюдать все правила, чтобы эффект от нее был максимальным.



Маска — не гарантия стопроцентной защиты организма.
Она помогает снизить риск заражения и предотвратить распространение вируса.

Как защитить себя от заражения коронавирусом?

Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, — это поддерживать чистоту рук и поверхностей.

- Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.
- Также старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно свершаются нами в среднем 15 раз в час).
- Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.
- Всегда мойте руки перед едой.
- Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, аэропортах и других системах общественного транспорта. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица.
- Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.

- Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.
- Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется.
- На работе- регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульта, дверные ручки и поручни).

Можно ли вылечить новый коронавирус?

Не существует специфического противовирусного препарата от нового коронавируса- так же, как нет специфического лечения от большинства других респираторных вирусов, вызывающих простудные заболевания.

Вирусную пневмонию, основное и самое опасное осложнение коронавирусной инфекции, нельзя лечить антибиотиками. В случае развития пневмонии, - лечение направлено на поддержание функции лёгких.

Кто в группе риска?

Люди всех возрастов рискуют заразиться вирусом. В заявлении комиссии по здравоохранению Ухани говорится, что возраст 60 самых последних случаев составляет от 15 до 88 лет.

Однако, как и в случае большинства других вирусных респираторных заболеваний, люди старшего возраста и люди с ослабленной иммунной системой - в зоне риска тяжёлого течения заболевания.

Есть ли вакцина для нового коронавируса?

В настоящее время такой вакцины нет, однако, в ряде стран уже начаты её разработки.

В чем разница между коронавирусом и вирусом гриппа?

Коронавирус и вирус гриппа могут иметь сходные симптомы, но генетически они абсолютно разные.

Вирусы гриппа размножаются очень быстро - симптомы проявляются через два-три дня после заражения, а коронавирусу требуется для этого до 14 дней.

Рекомендации российским туристам, выезжающим в за рубеж, по профилактике новой коронавирусной инфекции.

В целях профилактики случаев заболеваний, вызванных новым коронавирусом, российским туристам, выезжающим за пределы РФ:

- при планировании поездок уточнять эпидемиологическую ситуацию;
- не посещать рынки, где продаются животные, морепродукты;
- употреблять только термически обработанную пищу, бутилированную воду;
- не посещать зоопарки, культурно-массовые мероприятия с привлечением животных;
- использовать средства защиты органов дыхания (маски);
- мыть руки после посещения мест массового скопления людей, перед и после приема пищи;
- при первых признаках заболевания, обращаться за медицинской помощью в лечебные организации, не допускать самолечения;

- при обращении за медицинской помощью на территории Российской Федерации информировать медицинский персонал о времени и месте пребывания в странах с неблагоприятной эпидемиологической обстановкой.

Коронавирус. Симптомы и меры предосторожности

Коронавирус — возбудитель острой респираторной вирусной инфекции. Передается воздушно-капельным путем, от человека к человеку. При заражении у больного начинаются проблемы с дыханием и пищеварением.

Симптомы



Осложнения



Как уберечься от вируса



Кому и где проводится тест на коронавирус?

Если у пациента имеются клинические проявления острой респираторной инфекции (повышение температуры, насморк, кашель и т.д.) и он за последние 14 дней посещал страны с неблагополучной эпидемиологической ситуацией по новой коронавирусной инфекции или имел тесный контакт с больным, у которого этот диагноз был подтвержден, ему необходимо вызвать на дом скорую медицинскую помощь. Такие пациенты с целью верификации диагноза и недопущения возможного распространения инфекции госпитализируются в инфекционную больницу до выяснения причин. При госпитализации в стационар у пациента берут анализы (мазки из носоглотки) на респираторные инфекционные заболевания, в том числе и на новый коронавирус. Биоматериал направляется на исследование в соответствующие лаборатории, срок проведения исследования обычно не превышает 1-2 дней. Если по результатам исследований диагноз новой коронавирусной инфекции не подтвердится, пациент перемещается в общую палату, где продолжается лечение ОРВИ, либо, при отсутствии дальнейшей необходимости круглосуточного наблюдения, – выписывается, но не ранее, чем через 14 дней после контрольных мазков.

Полезные ссылки:

Роспотребнадзор РФ: <https://www.rosпотребнадзор.ru/>

Минздрав РФ: <https://www.rosминздрав.ru/>