

# COVID-19

## КОРОНАВИРУС –

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

**НЕТ ВАКЦИНЫ!**

### КАК ПЕРЕДАЁТСЯ!



Воздушно-капельным путем при чихании и кашле!



Контактным путем!

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



### КАК НЕ ДОПУСТИТЬ!



Чаще мыть руки!



ОБРАБОТКА РУК АНТИСЕПТИКАМИ



Использовать медицинские маски!

### СИМПТОМЫ



90%

ТЕМПЕРАТУРА



80%

КАШЕЛЬ



50%

БОЛЬ В ГРУДИ



8%

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ



44%

СЛАБОСТЬ



2%

БОЛЬ В ГОРЛЕ



2%

ДИАРЕЯ



5%

КРОВОКАРХАНИЕ

**ПРИ ПОЯВЛЕНИИ СИМПТОМОВ - НЕМЕДЛЕННО ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ!**



# ПАМЯТКА

ДЛЯ ШКОЛЬНИКА

**КАК НЕ ЗАБОЛЕТЬ?**

**РЕГУЛЯРНО МОЙ РУКИ  
МЫЛОМ ИЛИ  
АНТИСЕПТИКОМ**



**ЧИХАЙ И КАШЛЯЙ В ЛОКОТЬ ИЛИ В САЛФЕТКУ.  
НЕ ИСПОЛЬЗУЙ САЛФЕТКУ ДВАЖДЫ**

ЕСЛИ МИКРОБЫ ПОПАДУТ НА РУКИ, ОНИ ПОПАДУТ НА ВСЕ, ЧТО ТЫ  
ТРОГАЕШЬ. ТАК И РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ ВИРУС.

**СОБЛЮДАЙ ДИСТАНЦИЮ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ**

ВИРУС ПЕРЕДАЕТСЯ ПО ВОЗДУХУ. ДЕРЖИСЬ РАССТОЯНИЯ МИНИМУМ ОДИН МЕТР

**СТАЛО ПЛОХО, СРАЗУ СООБЩИ РОДИТЕЛЯМ**

ЧЕМ РАНЬШЕ ТЫ ОБРАТИШЬСЯ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ,  
ТЕМ БЫСТРЕЕ ВЫЗДОРОВЕЕШЬ И НИКОГО НЕ ЗАРАЗИШЬ



**ПАМЯТКА**

**для школьника**

## КАК ИЗБЕЖАТЬ КОРОНАВИРУСА



### РЕГУЛЯРНО МОЙ РУКИ МЫЛОМ ИЛИ АНТИСЕПТИКОМ

**Зачем это нужно?** Если на поверхности рук есть коронавирус, мытье рук с мылом или спиртовым раствором его убьет



### СОБЛЮДАЙ ЛИЧНУЮ ГИГИЕНУ

**Что делать?** Закрывай рот и нос салфеткой или сгибом локтя, когда чихаешь или кашляешь. Сразу после выкидывай салфетку и тщательно мой руки.

**Зачем это нужно?** Так ты предотвратишь распространение вируса



Если прикрывать рот и нос руками, микробы попадут сначала на руки, а потом на все, что ты трогаешь. Так в средние века распространялись чума, холера и другие смертельные болезни



### СОБЛЮДАЙ ДИСТАНЦИЮ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ

**Зачем это нужно?** Коронавирус распространяется по воздуху. Им можно заразиться, вдыхая воздух рядом с больным. Поэтому держись от людей в общественных местах на расстоянии минимум 1 метра



### ЕСЛИ ТЕБЕ СТАЛО ПЛОХО, СРАЗУ СООБЩИ РОДИТЕЛЯМ

**Зачем это нужно?** Чем раньше ты обратишься за медицинской помощью, тем выше шанс быстро выздороветь и никого не заразить

# КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ КОРОНАВИРУСА



## ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЗАЩИТНЫЕ МАСКИ

Меняйте их каждые 2-3 часа.



## МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Используйте антисептики. Особенно после посещения мест скопления людей.



## ИЗБЕГАЙТЕ ТОЛПЫ

Помните, что вирус передается воздушно-капельным путем.



## ПРОВОДИТЕ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ

Не ходите дома в верхней одежде. Вирус оседает на ткани и живет там несколько часов.



## НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ

Если чувствуете недомогание — обратитесь к врачу.

