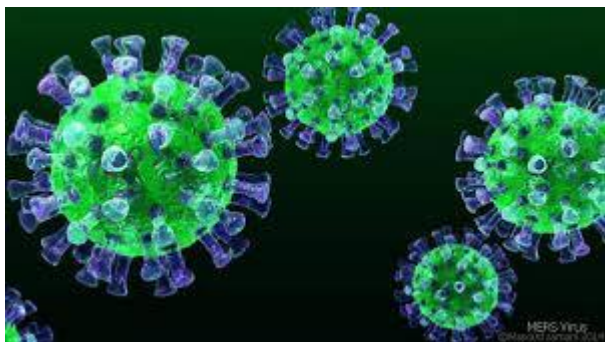




ЩО ВАРТО ЗНАТИ ПРО COVID-19

Коронавірус — гостре вірусне захворювання, що характеризується переважним ураженням дихальної системи та шлунково-кишкового тракту.

Коронавірус є зооносною інфекцією за походженням.

Заходи профілактики коронавірусу:

- не відвідувати регіони, де найбільш часто зустрічається коронавірусна інфекція;
- носити засоби індивідуального захисту (маски);
- регулярно мити руки;
- обмежити контакти на близькій відстані;
- більше гуляти на свіжому повітрі в парках, скверах, далеко від людей;
- зміцнювати місцевий імунітет (дотримуватися температурного режиму в приміщенні — 18-20 градусів, підтримувати необхідну вологість — від 40 до 60%);
- частіше провітрювати житлове приміщення;
- зволожувати слизові оболонки верхніх дихальних шляхів сольовими розчинами.
- користуватись масками при перших ознаках респіраторної інфекції.



В яких випадках необхідно носити маску?

Окрім медичних працівників, медичну маску слід носити:

- якщо ви доглядаєте за людиною з підозрою або підтвердженим захворюванням на COVID-19;
- якщо у вас респіраторні симптоми або підтверджене захворювання на COVID-19;
- у місцях великого скупчення людей, якщо немає можливості дотримуватись фізичного дистанціювання;
- за вимогою органів влади.

Як правильно надягти захисну маску?

Перед тим як надягти маску, слід помити руки з милом або обробити їх антисептиком із вмістом спирту не менше 60%. Маску слід одягти так, щоб вона закривала ніс та рот. Також вона має бути щільно закріплена на перенісці. Простору між маскою та обличчям не повинно бути.



Не слід торкатись маски протягом її використання. Якщо це сталося, обов'язково помийте руки з милом або обробіть їх антисептиком.

Ретельне миття рук

Однак ніякі респіратори та інші засоби індивідуального захисту не допоможуть від зараження вірусом, якщо людина не буде дотримуватися базових заходів гігієни. Найголовніше – підтримувати чистоту рук і поверхонь, з якими відбувається постійне зіткнення.

Ретельно мити руки з милом (або витирати дезінфікуючими серветками) після відвідування місць масового скупчення людей і перед прийомом їжі, а також регулярно дезінфікувати поверхні (столів, дверних ручок, стільців, гаджетів, клавіатури комп'ютерів).

Клінічні прояви

Для коронавірусу 2019 інкубаційний період може становити від 1 до 14 днів (в середньому 10 днів).

Протягом усього цього періоду людина може заражати інших.

Протікає захворювання, найчастіше, як звичайний грип, парагрип або будь-яка інша гостра респіраторна інфекція з усіма характерними для них ознаками.

Характерні симптоми коронавірусу при респіраторній формі:

- біль при ковтанні, чханні;
- риніт;
- головний біль;
- кашель;
- прояви гіпоксії;
- підвищення температури;
- лихоманка;
- м'язовий біль.

