

Профилактика коронавирусной инфекции

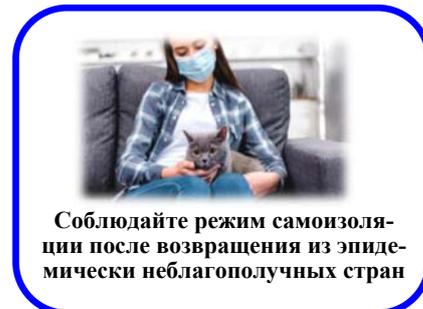
ПРАВИЛО 1. МОЙТЕ!



ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ!



ПРАВИЛО 3. ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА!



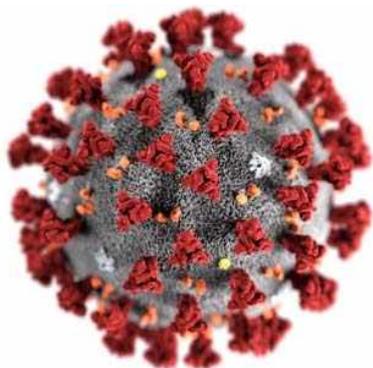
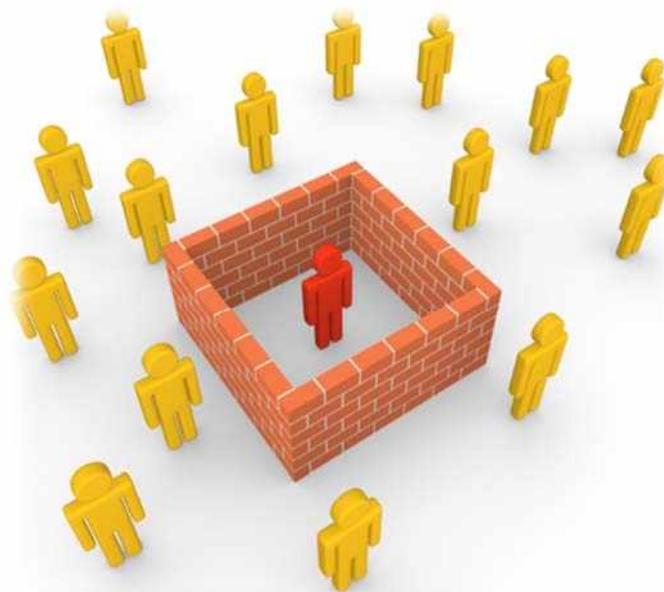
♦ *главное управление здравоохранения Гомельского облисполкома*
телефон: **50-32-04** понедельник-пятница с 9:00-13:00, 14:00-17:00;
♦ *государственное учреждение «Гомельский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»*
телефон: **75-56-99** понедельник-пятница с 9.00-13.00, 13.30-17.00.



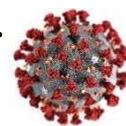
ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ГРАЖДАН, НАХОДЯЩИХСЯ НА САМОИЗОЛЯЦИИ НА ДОМУ

Самоизоляция рекомендована для:

- граждан, которые прибыли на территорию Республики Беларусь в течение последних 14 дней из-за рубежа;
- граждан, находившихся в вероятном (недлительном, непродолжительном) контакте с пациентом с коронавирусной инфекцией.



Режим самоизоляции необходимо соблюдать для собственной безопасности и безопасности окружающих людей в течение 14 дней.



Необходимо:

- ✓ **оставаться дома** в течение не менее 14 дней с момента прибытия в страну. **Не следует посещать** место работы/учебы, а также места массового пребывания людей. *При наличии крайней необходимости выхода из квартиры – использовать медицинскую маску;*
- ✓ **максимально ограничить любые контакты**, в том числе с членами семьи: *разместиться в отдельной комнате либо обеспечить расстояние не менее 1,5 м от других членов семьи; использовать отдельные полотенца, отдельное постельное белье, посуду; касаться поверхностей с использованием одноразовой салфетки;*
- ✓ **минимизировать контакты с пожилыми людьми** (60 лет и старше), лицами с хроническими заболеваниями сердца, легких, сахарным диабетом и др. *В случае крайней необходимости контакта с вышеуказанными лицами использовать медицинскую маску;*
- ✓ **мыть руки с мылом** тщательно и не менее 20 секунд, не забывая про области между пальцами, вокруг ногтей, кутикулы и большого пальца. Можно использовать антисептик для обработки рук;
- ✓ **как можно чаще проветривать** помещение, где Вы находитесь, **проводить влажную уборку** в помещении, уделяя особое внимание обработке дверных ручек, предметов мебели, телефонных аппаратов и других предметов; стирку белья осуществляйте отдельно от других членов семьи;
- ✓ **использовать одноразовые** носовые платки или салфетки с последующей утилизацией в закрытый мусорный контейнер или пластиковый пакет;
- ✓ **при ухудшении самочувствия** (повышение температуры тела, появление кашля, одышки, общего недомогания) необходимо **немедленно вызвать бригаду скорой медицинской помощи** по номеру телефона 103.



Маску следует надевать при общении с больными людьми (у которых кашель, чихание и насморк), в местах массового скопления людей и при уходе за больным.

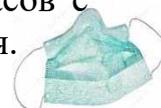
Правила ношения медицинской маски

Правила использования медицинских масок

1 Использовать маску следует не более двух часов.



2 Немедленно заменить маску в случае ее намокания (увлажнения), даже если прошло менее двух часов с момента использования.



3 Не касаться руками закрепленной маски.



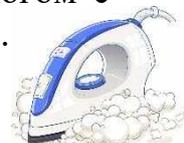
4 Тщательно вымыть руки с мылом или обработать спиртосодержащим средством после прикосновения к используемой или использованной маске.



5 Одноразовые маски нельзя использовать повторно.



6 Многократную маску необходимо стирать отдельно, после стирки прогладить горячим утюгом с двух сторон.



4 Снять изделие, удерживая за завязки (резинку) сзади, не прикасаясь к передней части маски.



7 При необходимости надеть новую маску, соблюдая этапы 1-3.



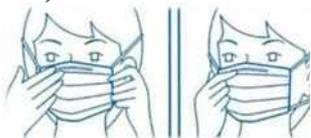
Если носить маску неправильно, риск подхватить инфекцию возрастает.



1 Обработать руки спиртосодержащим средством или вымыть с мылом.



2 Удерживая маску за завязки или резинки вплотную поднести к лицу белой стороной внутрь и фиксировать завязками (резинками) в положении, когда полностью прикрыта нижняя часть лица — и рот, и нос.



3 В конце придать нужную форму гибкой полоске (носовому зажиму), обеспечивая плотное прилегание маски к лицу.



5 Выбросить снятую маску в закрывающийся контейнер для отходов.



6 Вымыть руки с мылом или обработать спиртосодержащим средством.



МОЕМ РУКИ ПРАВИЛЬНО!



1
Ладонь к ладони
(включая запястья)

Обработка рук осуществляется в течение 30 секунд – 1 минуты

4
Тыльная сторона пальцев на противоположной ладони с перекрещенными пальцами



2
Правая ладонь на левую тыльную сторону кисти и левая ладонь на правую тыльную сторону кисти



3
Ладонь к ладони рук с перекрещенными пальцами



5
Кругообразное втирание большого пальца в закрытой ладони левой кисти и наоборот

6
Кругообразное втирание замкнутыми кончиками пальцев правой кисти в левой ладони и наоборот

