

КОРОНАВИРУС: меры профилактики



В целях мер профилактики коронавирусной инфекции, гриппа и ОРВИ, соблюдения всех необходимых профилактических мероприятий рекомендуем просмотр социальных видеороликов

Ссылка:

<https://yadi.sk/d/Lyg0tXV4jRimhQ>

Информационные материалы по профилактике распространения инфекции COVID-19 и вакцинации



Информационные материалы по профилактике распространения инфекции COVID-19 и вакцинации можно посмотреть на сайте Министерства здравоохранения Республики Беларусь по

ссылке <http://minzdrav.gov.by/ru/dlya-belorusskikh-grazhdan/profilaktika-zabolevaniy/covid-materialy.php>

или скачать с Google-диска по ссылке <https://drive.google.com/drive/folders/17sHbVFm1pJYA8nCKaHViEPQy-EgV1o6g?usp=sharing>

ВАКЦИНАЦИЯ ОТ COVID-19 ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА (видео)

Защитим себя и близких

Соблюдение мер безопасности против заражения COVID-19 остается актуальным.

Простые правила, чтобы уберечься:



Вместо рукопожатий – приветливая улыбка, можно придумать свой креативный способ приветствия

Помним, вирус передается при прикосновениях



Моем руки чаще

После касания предметов в общественных местах вирус может попасть на кожу. Мыло смывает его, а дезинфекторы убивают вирус



Держим дистанцию

Вирус передается воздушно-капельным путем, расстояние 1,5 м снижает риск заражения



Бережем лицо и глаза

Если вы без маски или респиратора, вирус легко может проникнуть с рук на лицо и через слизистую оболочку попадет в организм



Поддержим страших

Людям за 60 вирус особенно опасен. Помогите им купить продукты, лекарства, оплатить счета и просто позвоните



Поднялась температура – вызываем врача

При первых симптомах остаемся дома и вызываем врача, исключаем контакты



Покупаем только необходимое

Покупаем продукты по списку, сокращаем время пребывания в общественных местах, чтобы не заразиться



Будем в курсе

Вся актуальная информация о вирусе у Минздрава, а надежные новости на портале belta.by



Обязательно вакцинируемся

Лекарств от вируса нет, поэтому вакцинация – наиболее надежный способ защититься от COVID-19



Набираемся терпения

Эпидемия вируса не навсегда, мы с ней справимся

СТОП ВИД.БЕЛ

Передача инфекции COVID-19 в общественных местах

В связи с увеличением в Беларуси количества заболевших COVID-19 Минздрав напоминает о необходимости соблюдения мер безопасности:



Старайтесь реже прикасаться к:

- Сушилкам для рук
- Поручням в общественном транспорте
- Дверным ручкам и кнопкам домофона
- Спортивным снарядам в тренажерных залах
- Кнопкам банкоматов



Старайтесь дезинфицировать:

- Экран телефона и планшета
- Пульты
- Клавиатуру компьютера
- Детские игрушки
- Школьные принадлежности



В целях профилактики старайтесь:

- Чихать и кашлять нужно в одноразовую салфетку или в локоть
- Обрабатывать руки и поверхности антисептиками
- Закрывать лицо медицинской маской или респиратором
- Избегать людных мест и соблюдать физическую дистанцию
- При появлении недомогания исключить контакты и проконсультироваться с врачом
- Исключить контакты с больными людьми

Помните: лучшей защитой от COVID 19 является вакцинация

СТОП  ВИД.БЕЛ

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УЗ «МОГИЛЕВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ГИГИЕНЫ, ЭПИДЕМИОЛОГИИ И ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ»

В СИЛАХ КАЖДОГО ИЗ НАС ОСТАНОВИТЬ ПАНДЕМИЮ!

Обязательно носите маски: Пройдите вакцинацию от COVID - 19!



- ! В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ;**
- ! В ТОРГОВЫХ ЦЕНТРАХ, МАГАЗИНАХ;**
- ! В МЕСТАХ МАССОВОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ.**

ВАКЦИНАЦИЯ – НАДЕЖНЫЙ СПОСОБ ЗАЩИТЫ ОТ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ.
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ВАКЦИНАЦИИ ОБРАТИТЕСЬ В ОРГАНИЗАЦИЮ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА.

ПРИЧИНЫ СДЕЛАТЬ ПРИВИВКУ ОТ COVID-19



ЗАЩИТА

ОТ COVID-19

- Сделав прививку, вы защищаете не только себя, но и людей, находящихся рядом, членов семьи, коллег и друзей.
- Вакцинация позволит предотвратить тяжелые формы **COVID-19** и развитие осложнений.
- Вы важны для нас и играете важную роль в поддержании здоровья всего общества.
- Не упустите шанс быть здоровым!

ГУ "Минский
городской центр гигиены
и эпидемиологии"



**В силах каждого
из нас –
остановить
пандемию!**

ВАКЦИНАЦИЯ – один из наиболее быстрых и эффективных способов «взять» вирус под контроль.

Вакцинироваться
могут граждане в
возрасте от 18 лет.

Записаться
на прививку
можно в поликлинике
по месту жительства
или работы.



**Прививка от COVID-19 –
это то, что нужно Вам именно сейчас!**

**В силах каждого из нас –
остановить пандемию!**



**ВАКЦИНАЦИЯ ПРОТИВ COVID-19
ДЛЯ ТЕХ, КОМУ 60 ЛЕТ И СТАРШЕ**

ВАКЦИНАЦИЯ – ЕДИНСТВЕННЫЙ НАДЕЖНЫЙ СПОСОБ
ЗАЩИТИТЬ ВАС ОТ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ.



Пожилые люди – уязвимая категория населения, у которой отмечается тяжелое течение коронавирусной инфекции. Это обусловлено наличием ряда хронических заболеваний, которые усугубляют клинические проявления COVID-19 и вызывают осложнения.

Для проведения вакцинации обратитесь в организацию здравоохранения по месту жительства в удобное для вас время.

Продолжайте соблюдать меры безопасности:

носите маску в
общественных местах



соблюдайте
дистанцию



регулярно мойте руки с мылом и
обрабатывайте их антисептиком



мы сделали
прививку от COVID 19,
чтобы безопасно
проводить время
с детьми и внуками



ИРИНА И ПЕТР, 65 И 62 ГОДА,
ПЕНСИОНЕРЫ



я сделал прививку
против COVID 19
и защитил себя
и своих клиентов



ИГОРЬ, 49 ГОДА, ТАКСИСТ



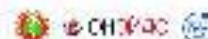
я вакцинировалась
от COVID 19, чтобы
безопасно общаться
с покупателями



ОЛЬГА, 42 ГОДА, ПРОДАВЕЦ



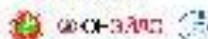
я записалась
на вакцинацию
против COVID 19,
мне нужно бояться



НАТАЛЬЯ, 38 ЛЕТ,
МОЛОДАЯ МАМА



у меня много друзей
и я хочу безопасно
тусоваться, поэтому
вакцинировался / есь
от COVID 19 буду
обязательно



МАКСИМ, 19 ЛЕТ, СТУДЕНТ



защита себя
от COVID 19. мы
защитим других.
победим эпидемию
вместе!



ВЛАДИМИР, 38 ЛЕТ, ВРАЧ



КАСАЕТСЯ
ВСЕХ,
КТО
КАСАЕТСЯ

**НОСИТЕ
ЗАЩИТНУЮ МАСКУ,
ЕСЛИ ВЫ ЧИХАЕТЕ
И/ИЛИ КАШАЕТЕ,
УХАЖИВАЕТЕ ЗА БОЛЬНЫМ
С ПОДОЗРЕНИЕМ НА ИНФЕКЦИЮ
COVID-19**

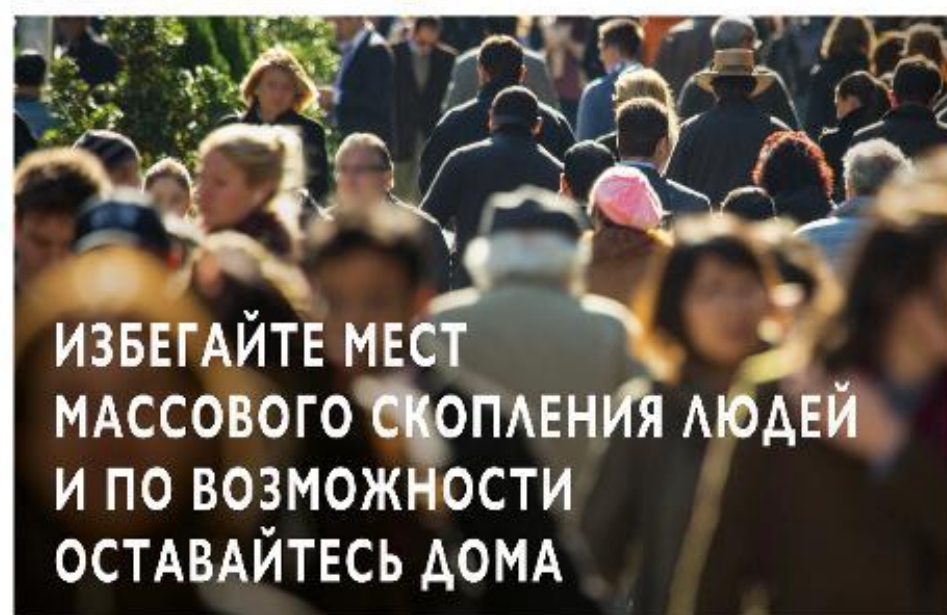


КАСАЕТСЯ
ВСЕХ,
КТО
КАСАЕТСЯ

**ЧАЩЕ И ТЩАТЕЛЬНОЕ
МОЙТЕ РУКИ
С МЫЛОМ И ВОДОЙ
НА ПРОТЯЖЕНИИ
НЕ МЕНЕЕ 20 СЕКУНД**



**ЕСЛИ ВЫ
ПОЧУВСТВОВАЛИ
СЕБЯ ПЛОХО,
ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА
И ВЫЗЫВАЙТЕ ВРАЧА**



**ИЗБЕГАЙТЕ МЕСТ
МАССОВОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ
И ПО ВОЗМОЖНОСТИ
ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА**



**СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ
С ЛЮДЬМИ 1-1,5 МЕТРА,
ОСОБЕННО ЕСЛИ У НИХ
КАШЕЛЬ, НАСМОРК
И ПОВЫШЕННАЯ
ТЕМПЕРАТУРА**



**НЕ ТРОГАЙТЕ
РУКАМИ ГЛАЗА,
НОС И РОТ**



КАСАЕТСЯ
ВСЕХ,
КТО
КАСАЕТСЯ

**ПРИ КАШЛЕ
И ЧИХАНИИ
ПРИКРЫВАЙТЕ РОТ И НОС
ОДНОРАЗОВОЙ САЛФЕТКОЙ
ИЛИ СГИБОМ ЛОКТЯ**



КАСАЕТСЯ
ВСЕХ,
КТО
КАСАЕТСЯ

**РЕГУЛЯРНО
ОБРАБАТЫВАЙТЕ РУКИ
АНТИСЕПТИЧЕСКИМ
СПИРТСОДЕРЖАЩИМ
СРЕДСТВОМ**



ЧИСТОТА РУК - ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ!

Моем руки правильно!



Мойте руки :

правила соблюдения социального дистанцирования при #COVID19



свод правил по соблюдению респираторного этикета при #COVID19

Выполнение санитарных требований к респираторному этикету поможет избежать заражения этой инфекцией. Больные люди не должны заражать, а здоровые - не заражаться от больных.



"Горячая" линия по вопросам профилактики инфекции, вызванной коронавирусом 2019-nCoV:



правила соблюдения социального дистанцирования при #COVID19



Профилактика коронавирусной инфекции

ПРАВИЛО 1. МОЙТЕ!



Часто мойте руки с мылом



Пользуйтесь спиртосодержащими салфетками и санитайзерами



Обрабатывайте рабочие поверхности (столы, дверные ручки, стулья и др.)

ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ!



Избегайте близкого контакта с больными людьми



Соблюдайте расстояние не менее 1,5 метров от больных



Избегайте поездок и многолюдных мест



Соблюдайте респираторный этикет



Не трогайте грязными руками лицо



Носите защитную маску

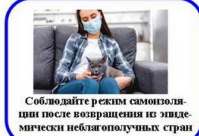
ПРАВИЛО 3. ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА!



Воздержитесь от поездок за границу/рубеж



Вызывайте скорую помощь при появлении симптомов



Соблюдайте режим самоизоляции после возвращения из эпидемиологически неблагоприятных стран

♦ 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.

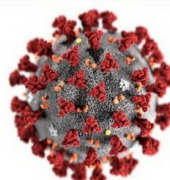
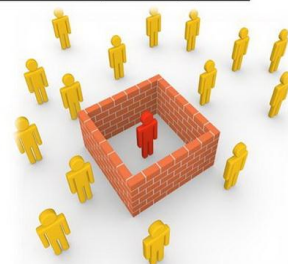


Автор: Анастасия Степанюкова, врач-валеолог

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 отдельный полотенце, 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;
- ✓ 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.

Автор: Анна Пигулевская, фельдшер-валеолог

МОЕМ РУКИ ПРАВИЛЬНО!



1

1 Обработка рук осуществляется в течение 30 секунд – 1 минуты

Ладонь к ладони (включая запястья)

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



5

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



3

3 Ладонь к ладони рук с перекрещенными пальцами

6

Кругообразное втирание замкнутыми кончиками пальцев правой кисти в левую ладони и наоборот



Автор: Анна Пигулевская, фельдшер-валеолог



юнисеф
для каждого ребенка

Защити себя и своих близких от коронавируса

Регулярно мой руки с мылом и водой не менее 20 сек.

Прикрывай рот и нос салфеткой или локтем при чихании и кашле. Не трогай лицо грязными руками.

Воздержись от близкого контакта с людьми, у которых есть симптомы простуды. Соблюдай дистанцию 1,5- 2 метра.

Если у тебя температура, кашель и затрудненное дыхание, немедленно обратись к врачу. Если ты приехал из-за границы и у тебя есть симптомы - вызывай скорую!

ЦГЭОЗ

Министерство здравоохранения Республики Беларусь
Государственное учреждение «Гомельский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»

ЦГЭОЗ



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 использования медицинских масок



1 Обработать руки спирто-содержащим 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 спирто-содержащим средством.



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



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



Правила ношения медицинской маски

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 спирто-содержащим 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.



Если носить маску неправильно, риск подхватить инфекцию возрастает.

Автор: Аня Пигулевская, фельдшер-валеолог

Министерство здравоохранения, Министерство образования и Национальный телеканал (ОНТ) подготовили ролик с элементарными правилами поведения для школьников.

Соблюдение этих простых правил является эффективной мерой профилактики против простудных и вирусных заболеваний.

Ролик. Ссылка ютуб

