**Симптомы коронавируса**

В подавляющем большинстве случаев эти симптомы
связаны не с коронавирусом, а с обычной ОРВИ.

Основные симптомы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Высокая температура тела | Кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты) | Одышка | Ощущения сдавленности в грудной клетке |

Редкие симптомы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Головная боль | Кровохарканье | Диарея | Тошнота, рвота |

**7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции**

* Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик.
* Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2−3 часа.
* Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
* Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.
* Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
* Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.
* Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)

**Поездки и рекомендации**туристам

Если Вы планируете поездку в страну, где обнаружена коронавирусная инфекция:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| При планировании зарубежных поездок уточняйте эпидемиологическую ситуациюв стране. | Не посещайте рынки, гдепродаются животные,морепродукты. | Используйте средства защиты органов дыхания (маски). | Употребляйте толькотермически обработанную пищу, бутилированную воду. |
| При обращении за медицинской помощью на территории Российской Федерации информируйте медицинский персонал о времени и месте пребывания в КНР и других странах, где обнаружена коронавирусная инфекция. | При первых признакахзаболевания обращайтесьза медицинской помощьюв лечебные организации,не допускайте самолечения. | Мойте руки после посещениямест массового скоплениялюдей, перед приемом пищии после него. | Не посещайте зоопарки,культурно-массовыемероприятия с привлечениемживотных. |