





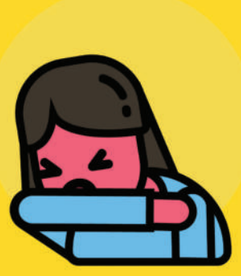



Коронавірус: профілактика інфікування і поширення











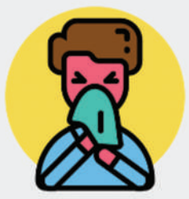
Як знизити ризик інфікування коронавірусом?



Мийте руки з милом (мінімум 20 с) або дезінфекційними засобами із вмістом спирту



Під час кашлю та чхання прикривайте рот і ніс серветкою або згином ліктя; відразу викидайте серветку і мийте руки



Тримайтеся на відстані від людей, у яких кашель або підвищена температура

Як захистити інших від інфікування?



Під час кашлю та чхання прикривайте рот і ніс серветкою або згином ліктя



Одразу викидайте використану серветку і закривайте кришку смітника



Регулярно мийте руки під час догляду за хворими, а також після кашлю та чхання

Чи варто надягати медичну маску?



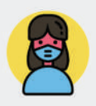
Так. Якщо у вас є респіраторні симптоми — кашель, утруднене дихання



Так. Якщо ви надаєте допомогу особам із респіраторними симптомами



Не потрібно, якщо немає респіраторних симптомів



Медичні працівники мають надягати респіратори

Коли використовувати медичну маску



1. Якщо ви здорові, вам потрібно носити маску, тільки якщо ви доглядаєте за людиною з підозрою на інфекцію COVID-19



3. Маски ефективні лише в поєднанні з обробкою рук за допомогою спиртовмісних засобів або миття рук водою з милом



2. Надягайте маску, якщо кашляєте і чхаєте



4. Якщо ви носите маску, ви повинні знати, як її правильно використовувати й утилізувати

Як надягати, використовувати, знімати і утилізувати маску



1. Перед тим як надіти маску, вимийте руки із засобом на спиртовій основі або милом



2. Покрийте рот і ніс маскою і переконайтеся, що між вашим обличчям і маскою не виникає прогалин



3. Не торкайтеся руками зовнішньої поверхні маски під час її використання; якщо зробили це, протріть руки засобом на основі спирту чи вимийте з милом



4. Замініть маску новою, як тільки вона стане вологою, і не використовуйте повторно



5. Як знімати маску: не торкайтеся до її зовнішньої поверхні — зніміть маску за гумки; негайно викиньте у закритий контейнер; протріть руки засобом на основі спирту чи вимийте з милом

Залишайтеся здорові під час подорожі



Уникайте подорожей, якщо у вас гарячка і кашель



Якщо у вас гарячка, кашель і утруднене дихання, зверніться до лікаря якомога раніше.



Якщо вам стає погано під час подорожі, повідомте про це екіпаж та зверніться до лікаря



Якщо ви звертаєтеся по медичну допомогу, повідомте лікаря про свої попередні подорожі



Уникайте тісного контакту з людьми, у яких гарячка та кашель



Часто знезаражуйте руки засобом на основі спирту або мийте з милом

Не торкайтеся очей, носа чи рота

Їжте тільки добре приготовану їжу

Не плюйте в громадських місцях

Уникайте тісних контактів із тваринами

Безпека харчових продуктів

Навіть у районах, постраждалих від епідемій, м'ясні продукти можна вживати за умови правильного приготування

Використовуйте різні дошки для подрібнення та ножі для сирого м'яса та вареної їжі

Мийте руки між обробкою сирої та вареної їжі

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ

УПОВНОВАЖЕНИЙ ПРЕЗИДЕНТА УКРАЇНИ З ПИТАНЬ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

ТОВАРИСТВО ЧЕРВОНОГО ХРЕСТА УКРАЇНИ

IFRC

Джерело: **Всесвітня організація охорони здоров'я**