****

**ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?**

 Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.

 Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

***КАКОВЫ СИМПТОМЫ ГРИППА/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ?***

1.Высокая температура тела.

2. Озноб.

3. Головная боль.

4. Слабость.

5. Заложенность носа.

6. Кашель.

7. Затрудненное дыхание.

8. Боли в мышцах.

9. Конъюнктивит.

В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств:

 тошнота, рвота,

 диарея.

***КАКОВЫ ОСЛОЖНЕНИЯ?*** Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идѐт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лѐгких. Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни.

 ***ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ/ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?***

 Вызовите врача.

 Выделите больному отдельную комнату в доме.

 Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.

Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.

 Часто проветривайте помещение.

 Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.

 Часто мойте руки с мылом.

 Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (платком, шарфом и др.).

 Ухаживать за больным должен только один член семьи.

****

**Грипп, коронавирус, другие ОРВИ - поможет маска**

В период активной циркуляции возбудителей гриппа, коронавирусной инфекции, и других возбудителей острых респираторных вирусных инфекций напоминаем о целесообразности использования одноразовой медицинской маски в качестве эффективной меры профилактики заражения и ограничения распространения инфекции.

Эти вирусы передаются от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путём, через микрокапли респираторных выделений, которые образуются, когда инфицированные люди говорят, чихают или кашляют.

С воздухом эти капли могут попасть на поверхность слизистой оболочки верхних дыхательных путей здоровых людей, которые находятся рядом с заражённым человеком.

Заражение может происходить и в результате непосредственного или косвенного контакта здорового человека с респираторными выделениями инфицированного.

Использование одноразовой медицинской маски предотвращает попадание в организм здорового человека капель респираторных выделений, которые могут содержать вирусы, через нос и рот.

· Надевайте маску, когда ухаживаете за членом семьи с симптомами вирусного респираторного заболевания.

· Если вы больны, или у вас симптомы вирусного респираторного заболевания, наденьте маску перед тем, как приближаться к другим людям.

· Если у вас симптомы вирусного респираторного заболевания и вам необходимо обратиться к врачу, заблаговременно наденьте маску, чтобы защитить окружающих в зоне ожидания.

· Носите маску, когда находитесь в людных местах.

· Используйте маску однократно, повторное использование маски недопустимо.

· Меняйте маску каждые 2-3 часа или чаще.

· Если маска увлажнилась, её следует заменить на новую.

· После использования маски, выбросьте её и вымойте руки.

Одноразовая медицинская маска, при правильном использовании – надёжный и эффективный метод снижения риска заражения и предотвращения распространения гриппа, коронавируса и других возбудителей ОРВИ

