

Профилактика гриппа, острых респираторных вирусных инфекций, коронавирусной инфекции.

Грипп, острые респираторные вирусные инфекции, коронавирусная инфекция — острые инфекционные заболевания дыхательных путей, вызываемые вирусами. Сопровождаются высокой температурой тела, насморком, кашлем, болью в горле, затрудненным дыханием, головной болью, чувством общего недомогания и воспалением слизистой оболочки носа и дыхательных путей.

Если у вас есть аналогичные симптомы, подумайте о следующем: Вы посещали в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)? Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)?

Если ответ на эти вопросы положителен - к симптомам следует относиться максимально внимательно – необходимо исключить коронавирусную инфекцию.

Коронавирус и вирус гриппа могут иметь сходные симптомы, но генетически они абсолютно разные. Вирусы гриппа размножаются очень быстро - симптомы проявляются через два-три дня после заражения, а коронавирусу требуется для этого до 14 дней.

Наиболее опасным осложнением этих инфекций является вирусная пневмония, которая может стать причиной неблагоприятного исхода заболевания.

Эти острые респираторные распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, вирусы могут распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз.

Как защитить себя от заражения гриппом, острыми респираторными вирусными инфекциями, коронавирусной инфекцией:

Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, — это поддерживать чистоту рук и поверхностей.

Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.

Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, аэропортах и других системах общественного транспорта. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица. Используйте медицинские маски.

Часто проветривайте помещение, проводите уборку с применением дезинфицирующих средств.

Если заболели вы или ваши близкие (появились насморк, першение в горле, поднялась температура, общее недомогание, головная боль и т.д.) не следует посещать работу, учебное заведение, направлять ребенка в детский организованный коллектив, необходимо вызвать врача на дом.