

ОСНОВНЫЕ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ДЛЯ ЗАЩИТЫ ОТ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID-19 (2019-nCoV)

На сегодняшний день по распоряжению Правительства Российской Федерации в целях обеспечения охраны здоровья населения и предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации временно остановлено проведение профилактических медицинских осмотров и диспансеризации. Проведение профилактических мероприятий будет приостановлено до особого распоряжения Правительства Российской Федерации.

Территориальный фонд ОМС призывает жителей Брянской области избегать посещения массовых мероприятий и отказаться от визитов в больницу без особой на то необходимости.

Крайне важно в условиях распространяющейся инфекции не поддаваться панике и неукоснительно соблюдать меры предосторожности для защиты от коронавируса.

ЗАЩИТИТЬ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЬЕ ОКРУЖАЮЩИХ МОЖНО, СОБЛЮДАЯ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА:

- **Регулярно обрабатывайте руки спиртосодержащим средством или мойте их с мылом.** Если на поверхности рук присутствует вирус, то обработка рук спиртосодержащим средством или мытье их с мылом убьет его.

- **Соблюдайте дистанцию в общественных местах.** Держитесь от людей

на расстоянии как минимум 1 метра, особенно если у них кашель, насморк и повышенная температура. Кашляя или чихая, человек, болеющий респираторной инфекцией, такой как 2019-nCoV, распространяет вокруг себя мельчайшие капли, содержащие вирус. Если вы находитесь слишком близко к такому человеку, то можете заразиться вирусом при вдыхании воздуха.

- **По возможности, не трогайте руками глаза, нос и рот.** Руки касаются многих поверхностей, на которых может присутствовать вирус. Прикасаясь содержащими инфекцию руками к глазам, носу или рту, можно перенести вирус с кожи рук в организм.

- **Соблюдайте правила респираторной гигиены.** При кашле и чихании прикрывайте рот и нос салфеткой или сгибом локтя; сразу выкидывайте салфетку в контейнер для мусора с крышкой и обрабатывайте руки спиртосодержащим антисептиком или мойте их водой с мылом. Прикрывая рот и нос при кашле и чихании, Вы снижаете вероятность распространения вирусов и других болезнетворных микроорганизмов. Если при кашле или чихании прикрывать нос и рот рукой, микробы могут попасть на ваши руки, а затем на предметы или людей, к которым вы прикасаетесь.

- **При повышении температуры, появлении кашля и затруднении дыхания,**

обращайтесь за медицинской помощью, используя способы дистанционной связи и удаленной регистрации (телефон, мобильную связь, интернет-коммуникации).

- **Если вы посещали регионы, где регистрируется вирус 2019-nCoV, или тесно общались с кем-то, у кого после поездки в эти регионы наблюдаются симптомы респираторного заболевания, сообщите об этом медицинскому работнику.** Повышение температуры, кашель и затруднение дыхания требуют незамедлительного обращения за медицинской помощью, поскольку могут быть вызваны респираторной инфекцией или другим серьезным заболеванием. Симптомы поражения органов дыхания в сочетании с повышением температуры могут иметь самые различные причины, среди которых в зависимости от совершенных пациентом поездок и его контактов может быть 2019-nCoV.

- **Выполняйте рекомендации врачей, центральных и местных органов общественного здравоохранения, а также организации, в которой вы работаете – защитите себя и окружающих от COVID-19.** Кроме этого, полезно следить за новейшей информацией о коронавирусной инфекции. У центральных и местных органов здравоохранения имеется самая актуальная информация о динамике заболеваемости.



ТЕРРИТОРИАЛЬНЫЙ ФОНД
ОБЯЗАТЕЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО СТРАХОВАНИЯ
БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ

ТЕЛЕФОН БЕСПЛАТНОЙ ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ: 8-800-222-11-77

г. Брянск, улица Софьи Перовской, д. 83 (4-й этаж)