

# ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О КОРОНАВИРУСЕ!



Новый тип коронавируса выявлен в Китайской Народной Республике. Сообщения о вспышке неизвестной пневмонии в городе Ухань провинции Хубэй в Китае появились в конце декабря 2019 года. По информации ВОЗ, вспышку пневмонии в Китае вызвал новый тип коронавируса 2019-nCoV. Большинство заболевших посещали оптовый рынок морепродуктов в городе Ухань. Случаи заболевания зарегистрированы в Китае: Ухане, Гуандуне, Пекине, Шанхае, а также Шри-Ланка, Тайване, Японии, Южной Кореи, Таиланде, Сингапуре, Вьетнаме, Непале, Малайзии, Австралии, США, Франции, Германии, Канаде, Италии.

Коронавирусы – семейство из более чем 30 вирусов, которые могут вызывать инфекции, начиная от обычной простуды и заканчивая тяжёлым острым респираторным синдромом. Некоторые типы вирусов вызывают менее тяжёлые заболевания, в то время как другие, например, тот, который вызывает ближневосточный респираторный синдром – гораздо более опасные. Коронавирусы были выделены в 1965 году, поражают людей, домашних животных, свиней, крупный рогатый скот, птиц и способны провоцировать поражение дыхательной системы, желудочно-кишечного тракта, нервной системы.

Инфекция передается от человека к человеку воздушно-капельным и контактным путем. В большинстве случаев передача осуществляется только при тесных контактах. Протекает инфекция в форме респираторной инфекции, среди симптомов – подъем температуры, кашель, насморк, одышка и затрудненное дыхание. В более тяжелых случаях, инфекция может вызвать пневмонию, тяжелый острый респираторный синдром, почечную недостаточность и даже смерть. Наиболее подвержены заболеванию лица пожилого возраста, а также наличие сопутствующих заболеваний (заболевания сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, сахарный диабет).

**Для того, чтобы снизить риск возникновения и распространения инфекции необходимо соблюдать ряд простых правил:**

- ограничить посещение массовых мероприятий, особенно проходящих в закрытых помещениях;
- избегать тесного контакта с людьми, имеющими симптомы острых респираторных инфекций;
- максимально часто проветривать помещения и проводить влажную уборку (особое внимание следует уделять поверхностям, с которыми часто соприкасаетесь: столы, стулья, дверные ручки и т.д.);

- соблюдать «**респираторный этикет**».

«**Респираторный этикет**» – это свод простых правил поведения в общественных местах, направленных на ограничение распространения респираторных заболеваний:

- при кашле и чихании необходимо использовать носовой платок, предпочтительнее применять одноразовые бумажные платки, которые выбрасывают сразу после использования;
- при отсутствии носового платка, простуженные лица должны чихать и кашлять в сгиб локтя, а не в ладони, т.к. традиционное прикрывание рта ладонью приводит к распространению инфекции через руки и предметы обихода;
- важно часто и тщательно мыть руки с мылом или использовать антибактериальные гели, салфетки для рук и стараться не прикасаться к лицу невымытыми руками.

### **ПРИ ПОЯВЛЕНИИ СИМПТОМОВ РЕСПИРАТОРНОЙ ИНФЕКЦИИ НЕОБХОДИМО ОБРАЩАТЬСЯ К ВРАЧУ!**

**Для выезжающих за рубеж в целях профилактики необходимо:**

- избегать контактов с людьми с признаками респираторной инфекции, а также мест массового скопления людей, использовать средства защиты органов дыхания (одноразовые медицинские маски, респираторы);
- соблюдать респираторный этикет при чихании или кашле;
- не посещать зоопарки, культурно-массовые мероприятия с привлечением животных, а также места, где осуществляется торговля животными, морепродуктами, птицей;
- соблюдать гигиену рук (с использованием мыла и антисептических средств), в том числе после посещения мест массового скопления людей;
- употреблять только достаточно термически обработанные продукты животного происхождения бутилированную или термически обработанную воду.

После прибытия из стран, в которых регистрировались случаи инфекции, вызванной коронавирусом 2019-nCoV, необходимо в течение 14 дней после прибытия по возможности минимизировать контакты с окружающими, не посещать массовых мероприятий и следить за изменениями в состоянии здоровья.

В случае появления симптомов, не исключая инфекционное заболевание (повышение температуры тела, кашель, одышку и другие) следует **незамедлительно обратиться за медицинской помощью в организацию здравоохранения** (через помощника на русском языке), минимизировав контакты с окружающими (вызвать скорую помощь), **рассказать медицинским работникам о симптомах заболевания и факте прибытия из страны, в которой зарегистрированы случаи инфекции, вызванной коронавирусом 2019-nCoV.**