

Памятка родителям по профилактике коронавирусной инфекции.

В условиях пандемии коронавируса в нашем городе, хотелось бы напомнить вам, дорогие родители о симптомах и профилактике коронавирусной инфекции.

Коронавирус передается:

- Воздушно-капельным путем (при кашле, разговоре, чихании);
- Воздушно-пылевым путем (с пылевыми частицами в воздухе);
- Контактным-бытовым путем (через рукопожатия, предметы обихода, дверные ручки и т.д)

Основные симптомы коронавирусной инфекции

- Высокая температура тела;
- Кашель сухой или с небольшим количеством мокроты;
- Одышка, ощущение сдавленности в грудной клетке;
- Повышенная утомляемость;
- Боль в горле, мышечная слабость;
- Заложенность носа, чихание.

Иногда у человека могут проявляться такие симптомы как: рвота, диарея, головная боль, озноб, тошнота.

Меры профилактики коронавирусной инфекции.

1. Старайтесь избегать близких контактов и пребывать в одном помещении с людьми, имеющими признаки ОРВИ.
2. Закрывайте рот и нос при чихании и кашле. Используйте для этого платок или салфетку, а не ладони. После обработайте руки дезинфицирующим средством, обычным мылом.
3. Тщательно мойте руки с мылом после возвращения с прогулки, после посещения туалета, перед едой.
4. Не трогайте лицо руками.
5. Дезинфицируйте гаджеты и предметы обихода.
6. Пользуйтесь только индивидуальными средствами личной гигиены.
7. Соблюдайте дистанцию в местах скопления людей не менее 1.5 метра.
8. Не посещайте общественных мест: торговых центров, спортивных залов, кинотеатров и т.д
9. Старайтесь избегать общественный транспорт в час пик.
10. Не забывайте пользоваться одноразовыми масками, менять их через каждые 2-3 часа, носить перчатки.

Как защитить ребенка от коронавируса.

Обучите ребенка личной гигиене:

- Обеспечьте ребенка масками;
- Объясните ребенку, что нельзя трогать руками лицо и окружающие предметы общего пользования (кнопки в лифте, дверные ручки и т.д)
- Научите правильно мыть руки и использовать личные предметы гигиены.


При первых симптомах оставляйте ребенка дома. Так выше шанс перенести заболевание в легкой форме и избежать осложнений.

Для снижения риска инфицирования covid19 необходимо максимально ограничить контакты детей. При этом необходимо регулярно проветривать помещение, проводить влажную уборку с использованием дезинфицирующих средств. Гулять с детьми рекомендуется на площадках в индивидуальном пользовании. Посещение лесопарковых зон при отсутствии контакта с другими людьми. Следует помнить, что при достаточной влажности и невысокой температуре коронавирус может сохранять жизнеспособность до 3х суток и более. Соблюдайте меры предосторожности и будьте здоровы!


COVID-19

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ НА ПЕРИОД ЭПИДЕМИИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ


РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИННЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43




1. На период ограничительных мероприятий необходимо исключить, а, если такое невозможно, то максимально ограничить контакты детей.



2. Для максимального снижения риска инфицирования детям лучше оставаться дома. При этом необходимо регулярно проветривать помещение, не реже 1 раза в день проводить влажную уборку с применением дезинфицирующих средств. Важно сразу провести дезинфекцию помещения, а также предметов, упаковки продуктов после доставки их домой.




3. Нужно полностью исключить посещения каких-либо учреждений, мест общественного питания, торговли, образовательных и развлекательных центров, а также других мест общественного пользования.




4. К местам общественного пользования, которые не следует посещать, относятся детские площадки дворов и парков.


5. Гулять с детьми можно на собственных приусадебных участках и площадках, находящихся в индивидуальном пользовании.




6. Посещение лесопарковых зон возможно только при исключении общения с другими взрослыми и детьми, при отсутствии вокруг других отдыхающих.



7. Перед вынужденным выходом из квартиры ребенку по возможности нужно объяснить, что за пределами квартиры нельзя прикасаться руками к лицу и к каким-либо предметам: дверным ручкам, поручням и перилам, стенам, кнопкам лифта и др.



8. После возвращения домой необходимо обработать руки дезинфицирующим средством, снять одежду, тщательно с мылом помыть руки и другие открытые участки кожи, особо обратив внимание на лицо, прополоскать рот, аккуратно промыть нос (неглубоко).



9. Следует помнить, что при достаточной влажности и невысокой температуре коронавирус может сохранять жизнеспособность в течение длительного времени, до 3 суток и более. У некоторых людей, независимо от возраста, вирус может давать лёгкую или стертую форму заболевания. Именно такие люди наиболее часто становятся источником заболевания.