



# КОРОНАВИРУС



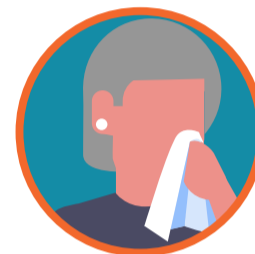
## 10 правил поведения дома при обнаружении симптомов ОРВИ

Если у вас повышена температура, кашель или затрудненное дыхание, позвоните врачу. Он проинструктирует о действиях в домашних условиях. Следуйте следующим рекомендациям:

**1** **Оставайтесь дома**, не посещайте работу, школу и другие общественные места. При необходимости выйти на улицу воздержитесь от использования общественного транспорта, каршеринга или такси.



**6** **Прикрывайте нос и рот при кашле и чихании.**



**2** **Наблюдайте за своим состоянием.** При ухудшении симптомов – незамедлительно вызовите врача.



**7** **Часто мойте руки**, обязательно с мылом, не менее 20 секунд или используйте дезинфицирующее средство, содержащее не менее 60% спирта.



**3** **Отдыхайте и пейте больше жидкостей.**



**8** По возможности **оставайтесь в отдельной комнате, изолированно от других членов семьи.** При наличии пользуйтесь отдельной ванной комнатой. При необходимости находиться в одном помещении с другими людьми или при выходе на улицу надевайте маску.



**4** **Если вам назначен прием у врача**, позвоните ему и сообщите о подозрении на **COVID-19**.



**9** **Используйте личные предметы обихода**, такие как посуда, полотенце, постельное белье.



**5** **Для вызова неотложной или скорой помощи наберите 103** и заранее сообщите о подозрении на **COVID-19**.



**10** **Регулярно очищайте поверхности**, до которых часто дотрагиваются, такие как столешницы и дверные ручки. Используйте чистящие средства в соответствии с инструкцией.

