



7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции

COVID-19

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

1

Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик.

2

Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.

3

Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).

4

Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.

5

Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.

6

Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.

7

Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка).

COVID-19

ГУ "Минский
городской центр гигиены
и эпидемиологии"

НАДЕНЬТЕ МАСКУ- ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ КОРОНАВИРУСА 2019-nCoV!

КОГДА

- При контактах с людьми, имеющих симптомы ОРВИ (лихорадка, насморк, кашель, чихание, заложенность носа)
- Находясь в людных местах или транспорте
- При контактах с людьми, если у вас есть симптомы ОРВИ

Правильно надетая маска плотно прилегает к лицу, закрывает рот, нос и подбородок. Вшитое крепление маски плотно прижато к спинке носа. Складки маски расправлены.

ВАЖНО

- Меняйте маску каждые 2-3 часа или чаще
- Выбрасывайте использованную маску
- После прикосновения к маске тщательно мойте руки
- Не носите маску в общественном пространстве

НЕЛЬЗЯ

- повторно использовать маску



ТОЛЬКО В СОЧЕТАНИИ С ТЩАТЕЛЬНОЙ
ГИГИЕНОЙ РУК И КАРАНТИННЫМИ
МЕРАМИ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ
БУДЕТ МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО
ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ
И РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСА
2019- nCoV