

Информационный лист № 210

Учредитель – Совет депутатов муниципального образования «Шеговарское»
от 23 марта 2020 года

Уважаемые жители МО «Шеговарское»!

В России создан информационный ресурс Стопкоронавирус.рф, на котором размещена подробная и достоверная информация о новой коронавирусной инфекции: симптомы, меры предосторожности, что делать, если был контакт с больным, как пройти анализы на коронавирус, информация о распространении инфекции и многое другое.

О рекомендациях по профилактике новой коронавирусной инфекции для тех, кому 60 и более лет

Новая коронавирусная инфекция передается от больного человека к здоровому человеку через близкие контакты, когда человек чихает или кашляет рядом с Вами, когда капельки слюны изо рта и носа больного попадают на поверхности, к которым Вы прикасаетесь. Люди «серебряного возраста» старше 60 лет в группе особого риска. Именно у пожилых из-за нагрузки на иммунную систему возможны осложнения, в том числе такие опасные как вирусная пневмония. Эти осложнения могут привести к самым печальным исходам. Важно сохранить Ваше здоровье!

- Постарайтесь реже посещать общественные места, сократите посещение магазинов, МФЦ, банков.
- Попросите своих близких или сотрудников социальной службы помочь с оплатой коммунальных услуг, приобретением продуктов или необходимых товаров дистанционно.
- Если Ваши близкие вернулись из-за границы и у них появились признаки простуды – ограничьте с ними контакты и настоятельно требуйте их обращения за медицинской помощью. Ваш мудрый совет поможет сохранить здоровье Вам и Вашим родным!
- Часто мойте руки с мылом, гигиена очень важна для Вашего здоровья. Мойте руки после возвращения с улицы, из общественных мест, после контактов с упаковками из магазинов, перед приготовлением пищи. Не трогайте грязными руками лицо, рот, нос и глаза – так вирус может попасть в Ваш организм.
- Запаситесь одноразовыми бумажными платочками. При кашле и чихании прикрывайте ими рот и нос и выбрасывайте салфетку сразу после использования.
- Пользуйтесь влажными салфетками для дезинфекции. Протирайте ими сумки, телефоны, книги и другие предметы, которые были вместе с Вами в общественных местах и в транспорте.
- Если Вы заболели или почувствовали себя нехорошо (не только в связи с простудными признаками, но и по другим проблемам со здоровьем, например, давлением) – не ходите в поликлинику, а вызывайте врача на дом.
- Если Вы заболели простудой, а среди Ваших близких люди выезжали за рубеж в последние две недели, обязательно скажите об этом врачу. Он назначит анализ на новую коронавирусную инфекцию.

Берегите себя и будьте здоровы!

Редактор: М.П. Истомина
тел. (81851) 4-45-78
тираж: 8 экз.