Памятка о мерах профилактики коронавирусной инфекции

Особое внимание следует уделять:

- **гигиене рук** – обязательное мытье с мылом после посещения мест массового скопления людей и перед приемом пищи, дополнительно рекомендуется использовать кожный антисептик;

- **использовать средства индивидуальной защиты (медицинские маски**) в период подъема заболеваемости ОРЗ и при контакте с человеком, имеющим признаки заболевания);

**- регулярно проводить уборки** в месте проживания и работы с использованием моющих и/или дезинфицирующих средств, часто проветривать помещения;

**- не посещать рынки, где продаются животные, морепродукты;**

**-увеличить настороженность за безопасностью питания** – стараться не употреблять в пищу мясные и рыбные полуфабрикаты, не подвергающиеся достаточной термической обработке, немытые овощи и фрукты, воду из непроверенных источников водоснабжения, а также напитки, приготовленные на основе воды неизвестного качества, использовать безопасные напитки (кипяченная или бутилированная вода);

**- не посещать зоопарки, культурно-массовые мероприятия с привлечением животных;**

**- соблюдать дистанцию** (не менее 1 м по отношению к лицам с предположительно инфекционными заболеваниями (кашель, насморк и др.)

 При первых признаках заболевания необходимо обращаться за медицинской помощью в лечебные организации, не допускать самолечения.