COVID-19
НЕ СОМНЕВАЙСЯ – ПРИВИВАЙСЯ!
Вакцинация – это защита для каждого
Антитела после вакцинации сильнее, чем после болезни
Коронавирус коварный и опасный, лучше привиться, чем болеть
Цитокиновый шторм страшнее и опаснее прививки
Инфекция может начаться как обычное ОРВИ, сдайте тест
Не забывайте про меры профилактики – чистые руки и маска
Агрессивные новые штаммы может остановить прививка
Цель вакцинации – сохранить жизни
Информацию о вакцинации берите из официальных источников
Я привился, а ты?
РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43
Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43
КАК ВЕСТИ СЕБЯ ПОСЛЕ ВАКЦИНАЦИИ ОТ НОВОЙ КОРОНАВ
После прививки отнеситесь максимально внимательно к своему здоровью:
1. У некоторых людей после вакцинации может возникнуть гриппоподобный синдром – повысится температура и др. Не у всех может быть такая реакция, но, если она есть — это нормально. Допускается симптоматическая терапия – можно принять жаропонижающие и противовоспалительные средства.
2. В первые три дня после вакцинации не рекомендуются интенсивные физические нагрузки, сауна. Принимать душ можно спокойно.
3. В первые три дня после вакцинации рекомендуется ограничить прием алкоголя.
Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru
4. Полноценный иммунный от
формироваться 35-42 дня, по
течение этого периода необхо
предосторожности, чтобы не
5. Пока нарабатывается имму
маску, соблюдать социальную
соблюдать правила личной ги
6. Если после вакцинации или
прививками наступила берем
Вакцинация не создает никаки
представляет угрозы для здор
будущего потомства.
7. Если Вы уже вакцинировал
с друзьями и близкими. Возм
станет важным напоминанием
кто этого еще не сделал.

СТОП COVID-19

ОБ ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПАХ КАРАНТИНА В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Для того чтобы COVID-19 не распространялся дальше, гражданам, у которых был контакт с больными или тем, кто вернулся из путешествия или был в командировке, необходимо сообщить о своем возвращении в штаб по борьбе с коронавирусной инфекцией вашего региона и соблюдать карантин у себя дома 14 дней.

ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ?

- Не выходить из дома весь период карантина, даже для того что бы получить посылку, купить продукты или выбросить мусор;
- по возможности находиться в отдельной комнате;
- пользоваться отдельной посудой, индивидуальными средствами гигиены, бельем и полотенцами;
- приобретать продукты и необходимые товары домашнего обихода дистанционно онлайн или с помощью волонтеров;
- исключить контакты с членами своей семьи или другими лицами;
- использовать средства индивидуальной защиты и дезинфицирующие средства (маска, спиртовые салфетки).

ПОЧЕМУ ИМЕННО 14 ДНЕЙ?

Две недели карантина по продолжительности соответствуют инкубационному периоду коронавирусной инфекции – времени, когда болезнь может проявить первые симптомы.

ЧТО ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ КАРАНТИНА?

- мыть руки водой с мылом или обрабатывать кожными антисептиками - перед приемом пищи, перед контактом со слизистыми оболочками глаз, рта, носа, после посещения туалета;
- регулярно проветривать помещение и проводить влажную уборку с применением средств бытовой химии с моющим или моюще-дезинфицирующим эффектом.

ЧТО ДЕЛАТЬ С МУСОРОМ?

Бытовой мусор нужно упаковать в двойные прочные мусорные пакеты, плотно закрыть и выставить за пределы квартиры. Утилизировать этот мусор можно попросить друзей, знакомых или волонтеров.

КАК ПОДДЕРЖИВАТЬ СВЯЗЬ С ДРУ

Вы можете общаться со своими дру
видео и аудио связи, по интернету,
пока не закончится карантин.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОЯВИЛИСЬ ПЕРВЫЕ СИМПТОМЫ ЗАБО

Если вы заметили у себя первые симптомы COVID-19 необхо
поликлинику.

КТО НАБЛЮДАЕТ ЗА ТЕМИ, КТО НА
У НИХ БЕРУТ АНАЛИЗЫ НА КОРОН

Для контроля за нахождением на к
электронные и технические средст
За всеми, кто находится на каранти
дому и обязательно ежедневно изм
карантина, врачи производят отбор
COVID-19 (мазок из носа или ротог

КАК ПОЛУЧИТЬ БОЛЬНИЧНЫЙ НА ПЕРИОД КАРАНТИНА?

Решение о выдаче листка нетрудоспособности принимаетс
Если вы чувствуете симптомы заболевания, оставайтесь д

ЧТО БУДЕТ С ТЕМИ, КТО НЕ СОБЛЮДАЛ ИЛИ НАРУШИЛ КАР

При нарушении режима карантина, человек помещается в и

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО КАРАНТИН ЗАКО

Карантин на дому завершается пос
признаки заболевания, а также на о
лабораторных исследований матер

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТ

COVID-19
ВАКЦИНАЦИЯ ДЛЯ ТЕХ, КОМУ 60 И БОЛЕЕ ЛЕТ
РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43
1. Люди пожилого возраст
при заболевании коронавиру
у пожилых из-за нагрузки на
возможны осложнения, в то
как вирусная пневмония и т
локализации. Эти осложнени
самым печальным исходам.
здоровье!
2. Вакцинация – самый над
вас от тяжелого течения кор
последствий.
3. Люди пожилого возраст
легко, без побочных эффект
особенностями иммунной ре
вашем возрасте.
4. Прививаться можно даж
хроническими заболеваниям
были в фазе обострения. Пр
вашим лечащим врачом.
5. Помните, что полноцен
формируется не ранее, чем
первой прививки. Продолжа
безопасности до выработки
скопления людей, носите ма
местах, часто мойте руки с м
их антисептиком)
БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ

COVID-19
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ
КОМУ 60 И БОЛЕЕ ЛЕТ
РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43
Инфекция передается от больного человека к здоровому при близких контактах
Когда больной человек чихает или кашляет рядом с вами, капельки слизи изо рта и носа больного попадают в воздух, которым вы дышите, на предметы и поверхности, к которым вы прикасаетесь
Люди старше 60 лет в группе высокого риска у них возможны опасные осложнения коронавирусной инфекции, в том числе вирусная пневмония
Реже посещайте общественные места (магазины, аптеки, мфц, банки)
Избегайте необязательных поездок в общественном транспорте, особенно в часы пик
Часто мойте руки с мылом (после кашля, чихания, возвращения с улицы, после контактов с упаковками из магазинов, перед приготовлением пищи)
Не трогайте немытыми руками лицо, рот, нос и глаза – так вирус может попасть в ваш организм
БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗД

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43
ОСТОРОЖНО: ГРИПП!
СИМПТОМЫ ГРИППА
РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА И ОЗНОБ
ГОЛОВНАЯ БОЛЬ
ЛОМОТА В МЫШЦАХ И СУСТАВАХ
БОЛЬ, ПЕРШЕНИЕ В ГОРЛЕ
СУХОЙ КАШЕЛЬ
ОБЩЕЕ НЕДОМОГАНИЕ, СЛАБОСТЬ
ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА
СДЕЛАЙТЕ ПРИВИВКУ ОТ ГРИППА
ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ
ИСПОЛЬЗУЙТЕ МАСКИ
ОГРАНИЧЬТЕ ПРЕБЫВАНИЕ В МЕСТАХ СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ
ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ
СОБЛЮДАЙТЕ ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
ВЫЗОВИТЕ ВРАЧА
НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ
ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ ЖИДКОСТИ
ИСПОЛЬЗУЙТЕ ОДНОРАЗОВЫЕ САЛФЕТКИ ПРИ КАШЛЕ И ЧИХАНИИ

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

ГРИПП – СИМПТОМЫ И ПРОФИЛАКТ

Грипп – это инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус
СИМПТОМЫ ГРИППА: жар, озноб, усталость, головная боль, насморк или заложенность носа, кашель (боль или першение в горле), бол

ВАЖНО!

- Самолечение при гриппе недопустимо
  Поставить диагноз и назначить необходимое лечение должен врач
- При температуре 38-39 градусов вызовите врача на дом
- Крайне опасно переносить грипп на ногах –
  это может привести к тяжелым осложнениям

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ:

- Оставайтесь дома
- Соблюдайте постельный режим
- Выполняйте все рекомендации лечащего врача
- При кашле или чихании прикрывайте нос и рот платком
- Принимайте лекарства вовремя
- Пейте как можно больше жидкости (горячий чай, клюквенный или брусничный морсы, щелочные минеральные воды)

КАК СНИЗИТЬ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

- По возможности изолируйте больного в отдельной комнате
- Регулярно проветривайте помещение, где находится больной
- При уходе за больным используйте маску

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА

- Наиболее эффективное средство защиты от гриппа – своевременная вакцинация*
- Полноценно питайтесь, ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь и занимайтесь физкультурой
- Мойте руки
- Промывайте нос
- Регулярно делайте влажную уборку помещений
- Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении
- Используйте маски в общественных местах и в транспорте
- По возможности избегайте мест массового скопления людей
- Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания (кашель, чихание)

- В случае появлени
  или рабочем колл
  противовирусных
  с профилактичес
  с врачом с учётом
  инструкции по пр

**Вакцинация рекомендуе*
особенно показана детям
страдающим хроническ
женщинам, а также лица
— медицинским работни
сферы обслуживания и т
проводиться за 2–3 неде

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43
О РАЗЛИЧИЯХ СИМПТОМОВ ГР
ГРИПП – ОПАСНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ В ГРУППЕ ОСТРЫХ РЕСПИРАТОРНЫХ ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЙ
РИСК ТЯЖЕЛОГО ТЕЧЕНИЯ ГРИППА И ОРВИ ЗНАЧИТЕЛЬНО ВЫ
У ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ СТАРШЕ 65 ЛЕТ
У БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН
У ДЕТЕЙ ДО 5 ЛЕТ
У ЛИЦ, ИМЕЮЩИХ ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ
СИМПТОМЫ ПРОСТУДЫ (ОРВИ)
Постепенное начало, лихорадка (до 38 °С), насморк с обильным слизистым отделяемым, заложенность носа, кашель, чихание, боль в горле. Обычно прогноз благоприятный, выздоровление как правило наступает через 7-10 дней, хотя симптомы могут сохраняться до 2 недель. Специфической вакцины от простуды не существует.
СИМПТОМЫ ГРИП
Внезапное начало, сухой, отрывистый кашель,
боль в мышцах, головная боль, боль в горле, з
отсутствии отделяемого из носовых ходов, сил
может длиться до двух недель, возможны тош
При появлении первых симптомов заболевани
и вызовите врача. Самолечение недопустимо.
Подро