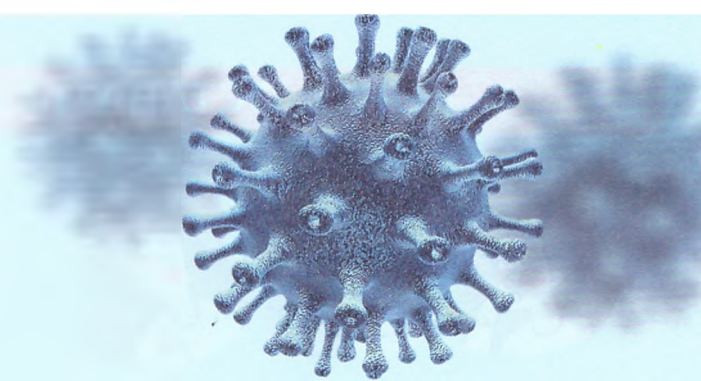




ЦЕНТР
МЕДИЦИНСКОЙ
И ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОЙ
ИНФОРМАЦИИ



ВНИМАНИЕ!

COVID-19: ВАЖНО ЗНАТЬ, ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ

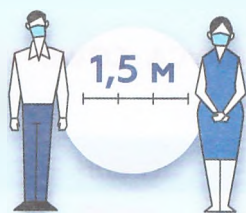
Коронавирусная инфекция по своим проявлениям очень похожа на симптомы простуды и гриппа. Традиционно осенью заболеваемость ОРВИ растет.

КАК ОБЕЗОПАСИТЬ СЕБЯ ОТ ЗАРАЖЕНИЯ?



Сократите контакты

Максимально сократите количество встреч и участие в массовых мероприятиях, не посещайте гостей и не приглашайте к себе.



Следите за дистанцией

Не подходите к посторонним ближе 1,5 метра, не здоровайтесь за руку и воздержитесь от прочих тактильных контактов.



Носите маску

Защитная маска – самый доступный и эффективный способ сдержать распространение вирусов. Следите за тем, чтобы маска была надета правильно – плотно закрывала рот и нос. Своевременно меняйте маску. Если все окружающие носят маски, то риск заражения составляет менее 1%.

ПОМНИТЕ!

Во время подъема вирусных заболеваний особенно опасно скопление людей в магазинах, общественном транспорте и других местах с массовым скоплением людей. Без крайней необходимости не посещайте такие места.

КОГДА ОСТАВАТЬСЯ И ЛЕЧИТЬСЯ ДОМА?



- подъем температуры
- насморк
- боль в горле
- кашель
- озноб
- головная боль

При этих симптомах оставайтесь дома, лечитесь традиционными лекарственными средствами, принимайте витамины и больше жидкости. В подавляющем большинстве случаев заболевания с подобными симптомами являются обычными ОРВИ. Не стремитесь при этих симптомах сдать тест на COVID-19 или пройти компьютерную томографию легких. В очереди за этими процедурами вы рискуете заразиться болезнью посерьезнее.

Знайте: против коронавирусной инфекции нет специальных методов лечения и лекарственных средств. Высокая температура, кашель и прочие проявления лечатся традиционными препаратами.

Когда вызывать врача или «скорую»?

Если в течение **трех дней температура** вашего тела **39° и выше**, вы не можете ее сбить и есть дополнительно следующие признаки:

- пульсоксиметр показывает уровень насыщения крови **кислородом меньше 95%**;
- вы стали **чувствовать несвойственную ранее одышку**;
- вы в группе риска по возрасту или хроническим заболеваниям.

covid-19

ОСНОВНЫЕ РАЗЛИЧИЯ МЕЖДУ СИМПТОМАМИ КОРОНАВИРУСА COVID-19, ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ГРИППА

СИМПТОМЫ	КОРОНАВИРУС	ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	ГРИПП
высокая температура	часто	редко	часто
усталость	иногда	иногда	часто
кашель	часто (сухой)	незначительный	часто (сухой)
чихание	нет	часто	нет
боль в суставах	иногда	часто	часто
насморк	редко	часто	иногда
боль в горле	иногда	часто	иногда
диарея	редко	нет	иногда (у детей)
головная боль	иногда	редко	часто
одышка	иногда	нет	нет

ТЕЛЕФОН ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ ДЕПАРТАМЕНТА
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ

**(3822) 516-616,
8-800-350-8850**

дополнительная информация: www.tomsk.gov.ru, www.tabletka.online