

Как защититься от коронавируса 2019-nCoV

Известно, что на 28.01.2020 уже 6057 человек инфицированы и зарегистрировано не менее 130 смертей.

Большая часть случаев заболеваний зафиксированы в Китае, но на 29.01.2020 подтверждены завозные случаи заболевания более чем в 15 странах, включая Францию, Германию, Австралию и США. Вторичного распространения инфекции в этих странах не отмечается.

Что такое коронавирус?

Коронавирусы- это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные коронавирусами, протекают в легкой форме, не вызывая тяжелой симптоматики. Однако бывают и тяжелые формы, такие как ближневосточный респираторный синдром (Mers) и тяжелый острый респираторный синдром (Sars).

Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом?

Чувство усталости

Затрудненное дыхание

Высокая температура

Кашель/или боль в горле

Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп.

Если у Вас аналогичные симптомы, подумайте о следующем:

Вы посещали в последние две недели зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы?)

Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы?)

Если ответ на эти вопросы положителен - к симптомам следует относиться максимально внимательно.

Как передается коронавирус?

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли. Которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязненной поверхности. Например дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязненными руками рта. Носа или глаз.

Изначально вспышка произошла от животных, предположительно, источником стал рынок морепродуктов в Ухани. Где шла активная торговля не только рыбой, но и такими животными. Как сурки. Змеи и летучие мыши.

Как защитить себя от заражения коронавирусом?

Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя,- это поддерживать чистоту рук и поверхностей. Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.

-2-

Также старайтесь не касаться рта. Носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно свершаются нами в среднем 15 раз в час)
Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.

Всегда мойте руки перед едой.

Будьте особенно осторожны. Когда находитесь в людных местах. Аэропортах и других системах общественного транспорта. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и не касайтесь лица.

Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.

Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды. Если другие люди погружали в них свои пальцы.

Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку.

На работе регулярно очищайте поверхности и устройства. К которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульта, дверные ручки и поручни)

Как правильно использовать средство индивидуальной защиты?

1. Аккуратно закройте нос и рот маской и закрепите ее. Чтобы уменьшить зазор между лицом и маской.
2. Не прикасайтесь к маске во время использования. После прикосновения к использованной маске, например, чтобы снять ее, вымойте руки.
3. После того, как маска станет влажной или загрязненной, наденьте новую чистую и сухую маску.
4. Не используйте повторно одноразовые маски. Их следует выбрасывать после каждого использования и утилизировать сразу после снятия.

Что можно сделать дома?

Расскажите детям о профилактике коронавируса. Дети и подростки больше других рискуют заразиться, они часто близко взаимодействуют друг с другом и не являются эталоном в поддержании чистоты.

Объясните детям, как распространяются микробы и почему важна хорошая гигиена рук и лица.

Убедитесь, что у каждого в семье есть свое полотенце. Напомните, что нельзя делиться зубными щетками и другими предметами личной гигиены.

Часто проветривайте помещение.

Можно ли вылечить новый коронавирус?

На сегодняшний день большинство заболевших людей выздоравливают. Необходимо обращаться за медицинской помощью. Врач госпитализирует по показаниям и назначит лечение.

Не существует специфического противовирусного препарата от нового коронавируса — так же, как нет специфического лечения от большинства других респираторных вирусов, вызывающих простудные заболевания. Но есть схемы лечения и препараты, которые помогают выздороветь.

Самым опасным осложнением является вирусная пневмония. Чтобы вовремя начать лечение, нужно своевременно обратиться за медицинской помощью.

Кто в группе риска?

Люди всех возрастов рискуют заразиться вирусом. В заявлении комиссии по здравоохранению Ухани говорится, что в основном заболели люди старше 50 лет. Однако, как и в случае большинства других вирусных респираторных заболеваний. Люди с ослабленной иммунной системой, имеющие сопутствующие болезни - в зоне риска.

Есть ли вакцина для нового коронавируса?

В настоящее время такой вакцины нет, однако в ряде стран начаты ее разработки.

В чем разница между коронавирусом и вирусом гриппа?

Коронавирус и вирус гриппа могут иметь сходные симптомы, но генетически они абсолютно разные. Вирусы гриппа размножаются очень быстро, симптомы проявляются через два-три дня после заражения, а коронавирусу требуется для этого до 14 дней.

Новый коронавирус страшнее прошлых эпидемий?

Испанка, или испанский грипп, вызванный вирусом H1N1 остается самой разрушительной пандемией гриппа в современной истории. Заболевание охватило весь земной шар в 1918 году и, по оценкам привело к гибели от 50 до 100 миллионов человек. Вспышка свиного гриппа 2009 года, унесла жизни 575400 человек. Азиатский грипп в 1957 году привел к гибели примерно двух миллионов человек, а гонконгский грипп 11 лет спустя унес один миллион человек.

Коронавирус 2019-nCoV- поможет маска!

В условиях сложившейся ситуации в отношении увеличения потенциального риска завоза и распространения на территории Российской Федерации нового коронавируса 2019-nCoV, напоминаем о целесообразности использования одноразовой медицинской маски в качестве эффективной меры профилактики заражения и распространения инфекции.

Коронавирус 2019-nCoV передается от человека к человеку при близком контакте, через микрокапли респираторных выделений, которые образуются, когда инфицированные люди говорят, чихают или кашляют. Также заражение может происходить в результате непосредственного или косвенного контакта здорового человека с респираторными выделениями инфицированного.

Использование одноразовой медицинской маски предотвращает попадание в организм здорового человека капель респираторных выделений, которые могут содержать вирусы, через нос и рот.

Надевайте маску, когда ухаживаете за членом семьи с симптомами вирусного респираторного заболевания.

Если вы больны, или у вас симптомы вирусного респираторного заболевания, наденьте маску перед тем как приближаться к другим людям.

Если у вас симптомы вирусного респираторного заболевания и вам необходимо обратиться к врачу, заблаговременно наденьте маску, чтобы защитить окружающих в зоне ожидания.

Ночите маску, когда находитесь в людных местах.

Используйте маску однократно, повторное использование маски не допустимо.

маску каждые 2 часа или чаще.

Если маска увлажнилась, ее следует заменить на новую.

После использования маски, выбросьте ее и вымойте руки.

Одноразовая медицинская маска . При правильном использовании- надежный и эффективный метод снижения риска заражения коронавирусом и предотвращения распространения гриппа.

Памятка

использование одноразовой маски снижает вероятность заражения коронавирусом 2019-nCoV

Надевайте маску в закрытых помещениях, в местах большого скопления людей, при контактах с людьми с симптомами вирусного респираторного заболевания.

Маска должна плотно прилегать к лицу и закрывать рот, нос и подбородок.

При наличии вшитого крепления в области носа, его надо плотно прижать к спинке носа.

Если на маске есть специальные складки, расправьте их. Меняйте маску на новую каждые 2-3 часа или чаще выбрасывайте маску в урну сразу после использования.

После прикосновения к использованной маске, тщательно вымойте руки с мылом.

Носить маску на безлюдных открытых пространствах- нецелесообразно. Повторно использовать маску НЕЛЬЗЯ.

Только в сочетании с тщательной гигиеной рук и карантинными мерами использование маски будет максимально эффективно для предотвращения заражения и распространения коронавируса 2019-nCoV

Максимально эффективно использование маски только в сочетании с вакцинацией, тщательной гигиеной рук , карантинными мерами.