








 /redcrossukraine
 REDCROSS.ORG.UA



Коронавірус: профілактика інфікування і поширення



Як знизити ризик інфікування коронавірусом?



Мийте руки з милом (мінімум 20 с) або дезінфекційними засобами із вмістом спирту



Під час кашлю та чхання прикривайте рот і ніс серветкою або згином ліктя; відразу викидайте серветку і мийте руки



Тримайтеся на відстані від людей, у яких кашель або підвищена температура

Як захистити інших від інфікування?



Під час кашлю та чхання прикривайте рот і ніс серветкою або згином ліктя



Одразу викидайте використану серветку і закривайте кришку смітника



Регулярно мийте руки під час догляду за хворими, а також після кашлю та чхання

Чи варто надягати медичну маску?



Якщо у вас є респираторні симптоми – кашель, утруднене дихання



Якщо ви надаєте допомогу особам із респираторними симптомами



Не потрібно, якщо немає респираторних симптомів



Медичні працівники мають надягати респиратори

Коли використовувати медичну маску



1. Якщо ви хворіли, вам потрібні інші маски, тільки якщо ви допомагаєте за медично-з лікарню на коронавірус COVID-19



3. Майте ефективний гігієнічний і покращений збиральний рух за допомогою спеціальних засобів або мийте руки водою з милом



2. Надягайте маску, якщо кашляєте і чхаете



4. Якщо ви носите маску ви повинні знати, як її правильно використовувати й утилізувати

Як надягати, використовувати, знімати і утилізувати маску



1. Перед тим як надіти маску, вийміть руки із зап'яток на сторони, основи або валики



4. Знімайте маску обережно, не торкайтеся до її зовнішньої поверхні – вийміть маску за гачки, петлі або звичайно у зворотній напрямку – протрийте руки засобом на основі спирту чи мийте з милом



2. Прикривайте рот і ніс маскою і переконатися, що між маскою обличчям і маскою не виникає протікання



3. Не торкайтеся руками зовнішньої поверхні маски під час її використання; якщо зробили це, протрийте руки засобом на основі спирту чи мийте з милом

Залишайтеся здорові під час подорожі



Уникайте подорожей, якщо у вас гарячка і кашель



Якщо у вас гарячка, кашель і утруднене дихання, зверніться до лікаря якомога раніше.



Якщо вам стає погано під час подорожі, знайдіть місце, де можна звернутися до лікаря



Якщо ви звертаєтесь по медичну допомогу, повідомте лікаря про свій подорожний анамнез



Уникніть тісного контакту з людьми, у яких гарячка та кашель



Часто мийте руки засобом на основі спирту або мийте з милом



Не торкайтеся очей, носа чи рота



Їжте тільки добре прогрітовану їжу



Не відвідайте громадських місць



Уникайте тісного контакту із тваринами

Безпека харчових продуктів



Навіть у районах, постраждалих від епідемії, м'яси продукти можна вживати за умови правильного приготування



Використовуйте різні дошки для нарізання м'яса та вареної їжі

Мийте руки між обробкою сирого та вареної їжі

