



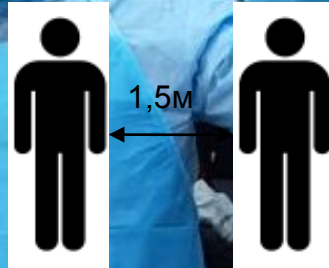
Донецький обласний центр екстреної медичної допомоги та медицини катастроф

Як знизити ризик інфікування коронавірусом (COVID—19)?



Мийте руки з милом, кожному миттю приділяйте не менше 30 секунд.

Тримайте дистанцію від інших людей не менше 1.5 метра, особливо коли ви бачите, що людина має симптоми ГРВІ (кашель, нежить, чхання).



Під час кашлю та чхання прикривайте носа та рота хусткою (бажано одноразовою).

Одне з найважливіших завдань на даний час—запобігти розповсюдженню вірусу тому намагайтесь максимально виконувати правила карантину:

- Не виходьте на вулицю без крайньої потреби.
- Не відвідуйте місця скупчення людей.
- За можливості не користуйтесь міським транспортом.
- Максимально дистанційуйте себе від інших людей, краще подзвоніть рідній людині, а не зустріньтесь з нею!



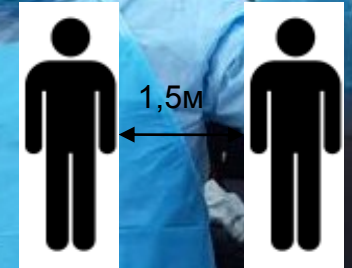
Донецький обласний центр екстреної медичної допомоги та медицини катастроф

Як знизити ризик інфікування коронавірусом (COVID—19)?



Мийте руки з милом, кожному миттю приділяйте не менше 30 секунд.

Тримайте дистанцію від інших людей не менше 1.5 метра, особливо коли ви бачите, що людина має симптоми ГРВІ (кашель, нежить, чхання).



Під час кашлю та чхання прикривайте носа та рота хусткою (бажано одноразовою).

Одне з найважливіших завдань на даний час—запобігти розповсюдженню вірусу тому намагайтесь максимально виконувати правила карантину:

- Не виходьте на вулицю без крайньої потреби.
- Не відвідуйте місця скупчення людей.
- За можливості не користуйтесь міським транспортом.
- Максимально дистанційуйте себе від інших людей, краще подзвоніть рідній людині, а не зустріньтесь з нею!



Донецький обласний центр екстреної медичної допомоги та медицини катастроф

Якщо ви відчули себе хворим

Залишайтеся вдома, зберігайте спокій.



Якщо ви повернулись з країни де зафіксовані випадки коронавірусу, або контактували з хворими, і у вас з'явилися ознаки вірусної інфекції: підвищена температура, кашель, нежить - негайно зверніться до сімейного лікаря по телефону та повідомте про те, що сталося!

Якщо ви відчули проблеми з диханням та відчуваєте, що ваш стан загрожує життю - негайно звертайтеся за екстреною медичною допомогою за номером 103.



Чітко відповідайте на запитання диспетчера, що приймає виклик, точно та достовірно опишіть скарги хворого. Назвіть точну адресу перебування хворого.

Самоізолюйтеся від оточуючих (надягніть маску, залишайтеся в окремій кімнаті, виділіть індивідуальні засоби догляду та харчування (рушник, посуд, мило, постільна білизна)



Донецький обласний центр екстреної медичної допомоги та медицини катастроф

Якщо ви відчули себе хворим

Залишайтеся вдома, зберігайте спокій.



Якщо ви повернулись з країни де зафіксовані випадки коронавірусу, або контактували з хворими, і у вас з'явилися ознаки вірусної інфекції: підвищена температура, кашель, нежить - негайно зверніться до сімейного лікаря по телефону та повідомте про те, що сталося!

Якщо ви відчули проблеми з диханням та відчуваєте, що ваш стан загрожує життю - негайно звертайтеся за екстреною медичною допомогою за номером 103.



Чітко відповідайте на запитання диспетчера, що приймає виклик, точно та достовірно опишіть скарги хворого. Назвіть точну адресу перебування хворого.

Самоізолюйтеся від оточуючих (надягніть маску, залишайтеся в окремій кімнаті, виділіть індивідуальні засоби догляду та харчування (рушник, посуд, мило, постільна білизна)

