



# Коронавірус: профілактика інфікування і поширення



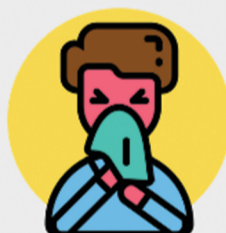
## Як знизити ризик інфікування коронавірусом?



**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?



**Так.** Якщо у вас є респіраторні симптоми — кашель, утруднене дихання



**Так.** Якщо ви надаєте допомогу особам із респіраторними симптомами



**Не потрібно,** якщо немає респіраторних симптомів



Медичні працівники мають надягати респіратори

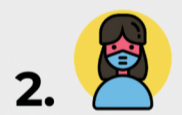
## Коли використовувати медичну маску



**1.** Якщо ви здорові, вам потрібно носити маску, тільки якщо ви доглядаєте за людиною з підозрою на інфекцію COVID-19



**3.** Маски ефективні лише в поєднанні з обробкою рук за допомогою спиртвмісних засобів або миття рук водою з милом

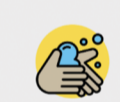


**2.** Надягайте маску, якщо кашляєте і чхаєте

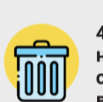


**4.** Якщо ви носите маску, ви повинні знати, як її правильно використовувати й утилізувати

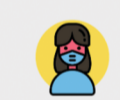
## Як надягати, використовувати, знімати і утилізувати маску



**1.** Перед тим як надіти маску, вимийте руки із засобом на спиртовій основі або милом



**4.** Замініть маску новою, як тільки вона стане вологою, і не використовуйте повторно



**2.** Покрийте рот і ніс маскою і переконайтеся, що між вашим обличчям і маскою не виникає прогалин



**5.** Як знімати маску: не торкайтеся до її зовнішньої поверхні — зніміть маску за гумки; негайно викиньте у закритий контейнер; протріть руки засобом на основі спирту чи вимийте з милом



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

## Залишайтеся здорові під час подорожі



**Уникайте подорожей, якщо у вас гарячка і кашель**



**Уникайте тісного контакту з людьми, у яких гарячка та кашель**



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



**Часто знезаражуйте руки** засобом на основі спирту або мийте з милом



**Не торкайтеся** очей, носа чи рота



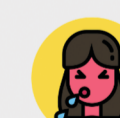
Якщо вам стає погано під час подорожі, **повідомте про це екіпаж та зверніться до лікаря**



Їжте тільки **добре приготовану їжу**



Якщо ви звертаєтесь по медичну допомогу, **повідомте лікаря про свої попередні подорожі**



**Не плійте** в громадських місцях



**Уникайте тісних контактів із тваринами**

## Безпека харчових продуктів



**Використовуйте різні дошки для подрібнення та ножі для сирого м'яса та вареної їжі**

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



**Мийте руки** між обробкою сирого та вареної їжі

