

Обращение УС “Берегиня”

Дорогие ребята!

Во исполнение Указа Главы Донецкой Народной Республики от 14.03.2020 № 57 “О введении режима повышенной готовности”, в связи с угрозой распространения в ДНР новой коронавирусной инфекции, вызванной вирусом 2019-nCov, с 30 марта и до особого распоряжения общеобразовательное учреждение переведено на дистанционное обучение. В связи с этим публикуется приказ по школе от 25.03.2020 № 37 “О режиме работы в период повышенной готовности в Донецкой Народной Республике”.

Дистанционное обучение – это не время, когда вы можете бездельничать, находясь дома. Это не время, когда вы можете свободно гулять на улице. Мы настоятельно рекомендуем воздержаться от посещения мест массового скопления людей, минимизировать количество времени, которое вы проводите на улице.

Необходимо помнить об опасности заражения не только коронавирусом, но и обычным гриппом, который может повлечь за собой массу неприятных последствий. В особой группе риска находятся пожилые люди, люди с хроническими заболеваниями (сахарный диабет и т.д.). Думайте в первую очередь не только о себе, но и о тех, кто вас окружает! Если вы сможете перенести болезнь в лёгкой форме, то кому-то из ваших знакомых, близких эта же болезнь может стоить жизни.

Инфекция передается от больного человека к здоровому при близких контактах

Когда больной человек рядом с вами чихает или кашляет, капельки слизи изо рта и носа попадают в воздух, которым вы дышите, на предметы и поверхности, к которым вы прикасаетесь.

Люди старше 60 лет в группе высокого риска, у них возможны опасные осложнения коронавирусной инфекции, в том числе вирусная пневмония.

Реже посещайте общественные места (магазины, банки, аптеки, парки и т.д.).

Избегайте необязательных поездок в общественном транспорте, особенно в часы пик.

Часто мойте руки с мылом (после кашля, чихания, возвращения с улицы, после контакта с упаковками из магазинов, перед приготовлением пищи).

Не трогайте немытыми руками лицо, рот, нос и глаза – так вирус может попасть в ваш организм.

При кашле и чихании прикрывайте рот и нос одноразовой бумажной салфеткой, и выбрасывайте её сразу после использования.

Протирайте влажными антисептическими салфетками предметы, которые были с вами в общественных местах и в транспорте (сумки, телефоны, книги и др.).

В случае любого недомогания не ходите в поликлинику, а вызывайте врача на дом.

Если у вас признаки простуды, а ваши близкие выезжали за рубеж в последние две недели, обязательно скажите об этом врачу, он назначит анализ на новую коронавирусную инфекцию.

Берегите себя и будьте здоровы!

COVID-19

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

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

СИМПТОМЫ	КОРОНАВИРУС	ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	ГРИПП
Повышенная 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

COVID-19

ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

ЗАЩИТИ СЕБЯ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



Закрывайте рот и нос при чихании и кашле



Антисептиками и мылом с водой обрабатывайте руки и поверхности



Щеки, рот и нос закрывайте медицинской маской



Избегайте людных мест и контактов с больными людьми

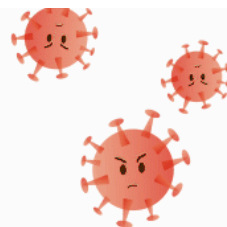


Только врач может поставить диагноз – вызовите врача, если заболели



Используйте индивидуальные средства личной гигиены

НАДЕНЬТЕ МАСКУ- ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ КОРОНАВИРУСА 2019-nCoV!



ВАЖНО

- 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
- Не носите маску на безлюдных открытых пространствах. Это не целесообразно.

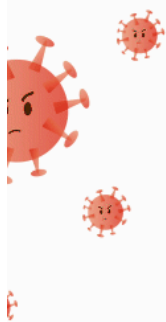
НЕЛЬЗЯ

повторно использовать маску

КОГДА

- При контактах с людьми, имеющих симптомы ОРВИ (лихорадка, насморк, кашель, чихание, заложенность носа)
- Находясь в людных местах или транспорте
- При контактах с людьми, если у вас есть симптомы ОРВИ

Правильно надетая маска плотно прилегает к лицу, закрывает рот, нос и подбородок. Вшитое крепление маски плотно прижато к спинке носа. Складки маски расправлены.



ТОЛЬКО В СОЧЕТАНИИ С ТЩАТЕЛЬНОЙ ГИГИЕНОЙ РУК И КАРАНТИННЫМИ МЕРАМИ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ БУДЕТ МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ И РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСА 2019- nCoV



Источник

Автор: Алена Удалова