**Памятка о мерах профилактики коронавирусной инфекции**

Коронавирусная инфекция - это заболевание, которое вызывает поражение органов дыхательной системы и кишечника.

Источником инфекции являются животные. Коронавирусы поражают домашних животных, птиц, свиней, крупный рогатый скот. Они являются зоонозными вирусами, которые передаются от животных к человеку.

По данным Всемирной организации здравоохранения, источником нового коронавируса, к примеру, могло стать мясо белух, летучих мышей, змей, кроликов или кур, продающихся на рынке Уханя. Новому вирусу присвоена аббревиатура 2019-nCoV. Среди симптомов выделяется: повышенная температура, кашель, затрудненное дыхание, как при большинстве видов простуд.

Заболевание, провоцируемое этим микроорганизмом, может протекать в тяжелой форме и стать причиной летального исхода.

Коронавирусная инфекция у человека - результат проникновения микроорганизма, который способен поражать дыхательную систему, а также желудочно-кишечный тракт. Название вируса обусловлено тем, что на поверхности этого микроорганизма имеется кольцо и шипообразные наросты, что в целом напоминает корону. Вирус является неустойчивым к действию внешних факторов и мгновенно разрушается при температуре 56 градусов. Все возрастные группы лиц являются восприимчивыми к этому микроорганизму: даже непродолжительный контакт с возбудителем инфекции приводит к заражению.

Преобладающей формой инфекции, которую провоцирует коронавирус, является респираторная.

Кишечная разновидность встречается гораздо реже, в основном у детей.

Коронавирус передается воздушно-капельным путем.

Также заражение может произойти при пользовании общими бытовыми предметами. Вирус содержится в фекалиях носителя, поэтому любой контакт с ними может способствовать проникновению инфекции в организм человека.

Инкубационный период заболевания зависит от формы и длится от 3 до 14 дней. Если заболевание не осложнено, то оно длится около 5-7 дней и заканчивается полнейшим выздоровлением. Симптомами в данном случае выступают:

• слабость без выраженного ухудшения общего состояния;

• увеличение шейных лимфоузлов (характерно для болеющих детей);

• боль при совершении глотательных движений;

• першение в горле;

• сухой кашель;

• белый налет на языке;

• заложенность носа;

• ринит;

• отек слизистой оболочки носа.

При легкой форме заболевания симптомы интоксикации не наблюдаются.

В более тяжелых случаях, патологический процесс начинается остро. У заболевшего наблюдаются следующие проявления:

• боль в области головы и в мышцах;

• резкое повышение температуры (до 38 градусов), затем возвращение к норме;

• озноб;

• дыхательная недостаточность, одышка (эти симптомы появляются на 3-7 день после начала развития болезни);

• сильный кашель;

• заложенность носа;

• расстройства пищеварения (водянистая диарея, рвота);

• повышение артериального давления;

• учащение сердечных сокращений.

Патологические процессы в легких, возникающие под действием коронавируса, вызывают кислородное голодание, нарушение дыхательного ритма.

Специфических мер, с помощью которых можно было бы уберечься от инфекции, нет. Существуют только рекомендации общего характера.

Необходимо:

• При планировании зарубежных поездок уточнять эпидемиологическую ситуацию. Не планировать поездки в КНР до стабилизации ситуации.

• По возможности избегать общественного транспорта, мест скопления большого количества людей в период эпидемии.

• Пользоваться марлевыми повязками и респираторами. Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы, похожие на простуду и грипп. Прикрывать рот и нос салфеткой, рукавом или рукой при кашле и чихании

• Соблюдать правила гигиены. Руки всегда должны быть чистыми: их необходимо мыть с мылом или использовать антисептические средства. Если такой возможности нет, следует применять влажные салфетки с противомикробным действием.

• Регулярно проветривать жилое или рабочее помещение, делать влажную уборку.

• Подвергать обязательной термической обработке продукты питания. Использовать разные разделочные доски и ножи для сырого мяса и готовой пищи. Готовить мясо и яйца до полной готовности. Употреблять только термически обработанную пищу, бутилированную воду.

• Придерживаться надлежащей практики обеспечения безопасности пищевых продуктов. Мясо больных животных и животных, погибших от болезни, не должно идти в пищу. Во время приготовления пищи из сырого мяса, молока или органов животных следует соблюдать осторожность в целях недопущения контакта сырых продуктов с уже приготовленными, чтобы избежать перекрестного загрязнения.

• Не посещать рынки, где продаются животные, морепродукты. При их посещении быть аккуратным при покупках на рынках под открытым небом (на стихийных рынках). Мыть руки с мылом и водой после того, как прикасались к животным или продуктам животного происхождения. Избегать контакта рук с глазами, носом и ртом. Избегать контакта с больными животными или испорченным мясом. Избегать контакта с бродячими животными, твердыми или жидкими отходами жизнедеятельности животных на рынке.

• Если Вам необходимо работать на рынке под открытым небом (стихийном рынке) часто мыть руки мылом и водой после того, как прикасались к животным или продуктам животного происхождения. Проводить дезинфекцию оборудования и рабочего пространства, по крайней мере, раз в день. Надевать защитные халаты/фартуки, перчатки и маску при обращении с животными и продуктами животного происхождения. Снимать защитную одежду после окончания работы, ежедневно стирайте ее и оставлять на рабочем месте. Не допускать контакт членов семьи с загрязненной рабочей одеждой и обувью.

• Не посещать зоопарки, культурно-массовые мероприятия с привлечением животных.

• При первых признаках заболевания, обращаться за медицинской помощью в медицинские организации, не допускать самолечения.

• При обращении, за медицинской помощью на территории Российской Федерации информировать медицинский персонал о времени и месте пребывания в КНР.