

# Памятка для преподавателей, родителей и студентов колледжа о коронавирусе 2019-nCoV.

## ЧТО НАДО ЗНАТЬ О КОРОНАВИРУСЕ



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**КОРОНАВИРУС** – это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.

### Вирус передается



Воздушно-капельным путем при чихании и кашле



Контактным путем

### Как не допустить



Не выезжать в очаг заболевания (Китай, г. Ухань)



Избегать посещения массовых мероприятий



Чаще мыть руки



Использовать медицинские маски

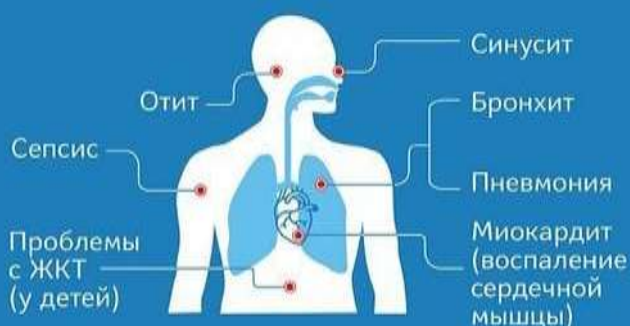


Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания

### Симптомы



### Осложнения



### Что делать, если...



Обратиться к врачу



Не заниматься самолечением

## ***Что такое коронавирусы?***

Коронавирусы — это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные коронавирусами, протекают в лёгкой форме, не вызывая тяжёлой симптоматики. Однако, бывают и тяжёлые формы, такие как ближневосточный респираторный синдром (Mers) и тяжёлый острый респираторный синдром (Sars).

## ***Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом?***

- Чувство усталости
- Затруднённое дыхание
- Высокая температура
- Кашель и / или боль в горле

Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп.

Если у вас есть аналогичные симптомы, подумайте о следующем:

- Вы посещали в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)?
- Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)?

Если ответ на эти вопросы положителен — к симптомам следует относиться максимально внимательно.

## ***Как передаётся коронавирус?***

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз.

Изначально, вспышка произошла от животных, предположительно, источником стал рынок морепродуктов в Ухани, где шла активная торговля не только рыбой, но и такими животными, как сурки, змеи и летучие мыши.

## ***Как защитить себя от заражения коронавирусом?***

Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, — это поддерживать чистоту рук и поверхностей.

Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.

Также старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно свершаются нами в среднем 15 раз в час).

Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.

Всегда мойте руки перед едой.

Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, аэропортах и других системах общественного транспорта.

Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица.

Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.

Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.

Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется.

На работе регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульта, дверные ручки и поручни).

## ***Как правильно носить медицинскую маску?***

1. Аккуратно закройте нос и рот маской и закрепите её, чтобы уменьшить зазор между лицом и маской.

2. Не прикасайтесь к маске во время использования. После прикосновения к использованной маске, например, чтобы снять её, вымойте руки.

3. После того, как маска станет влажной или загрязнённой, наденьте новую чистую и сухую маску.

4. Не используйте повторно одноразовые маски. Их следует выбрасывать после каждого использования и утилизировать сразу после снятия.

## ***Что можно сделать дома?***

Расскажите детям о профилактике коронавируса.

Объясните детям, как распространяются микробы, и почему важна хорошая гигиена рук и лица.

Убедитесь, что у каждого в семье есть своё полотенце, напомните, что нельзя делиться зубными щётками и другими предметами личной гигиены. Часто проветривайте помещение.

## ***Можно ли вылечить новый коронавирус?***

Да, разумеется. Однако не существует специфического противовирусного препарата от нового коронавируса — так же, как нет специфического лечения от большинства других респираторных вирусов, вызывающих простудные заболевания.

Вирусную пневмонию, основное и самое опасное осложнение коронавирусной инфекции, нельзя лечить антибиотиками. В случае развития пневмонии — лечение направлено на поддержание функции лёгких.

## ***Кто в группе риска?***

Люди всех возрастов рискуют заразиться вирусом. В заявлении комиссии по здравоохранению Ухани говорится, что возраст 60 самых последних случаев составляет от 15 до 88 лет. Однако, как и в случае большинства других вирусных респираторных заболеваний, дети и люди старше 65 лет, люди с ослабленной иммунной системой — в зоне риска тяжёлого течения заболевания.

## ***Есть ли вакцина для нового коронавируса?***

В настоящее время такой вакцины нет, однако, в ряде стран, в том числе в России в научных организациях Роспотребнадзора уже начаты её разработки.

## ***В чем разница между коронавирусом и вирусом гриппа?***

Коронавирус и вирус гриппа могут иметь сходные симптомы, но генетически они абсолютно разные.

Вирусы гриппа размножаются очень быстро — симптомы проявляются через два-три дня после заражения, а коронавирусу требуется для этого до 14 дней.

## ***Как определить у себя наличие коронавируса?***

Своевременная диагностика является одним из важнейших мероприятий при возникновении угрозы появления и распространения нового коронавируса на территории России. Научными организациями Роспотребнадзора менее чем за 7 дней с момента появления информации о структуре генов нового коронавируса разработаны два варианта диагностических наборов для определения присутствия вируса в организме человека. Наборы основаны на молекулярно-генетическом методе исследования, так называемой полимеразной цепной реакции (ПЦР). Использование этого метода дает тест-системам значительные преимущества. Первое это высокая чувствительность – с использованием разработанных тест-систем возможно обнаруживать единичные копии вирусов. Второе — для диагностирования заболевания нет необходимости отбирать кровь, достаточно отобрать ватным тампоном образец из носоглотки. Третье — результат анализа можно получить уже через 2-4 часа. Диагностические лаборатории Роспотребнадзора по всей России обладают необходимым оборудованием и специалистами для использования разработанных средств диагностики.

## ТЕЛЕФОНЫ горячих линий по профилактике новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV)

Единый номер телефона колл-центра по оказанию консультативной помощи по коронавирусной инфекции

Администрации ГО г.Уфа по тел. 8-800-250-56-04.

Единый консультационный центр Роспотребнадзора РБ по тел. 8-800-555-49-43 (круглосуточно)

«Горячая линия» Министерства здравоохранения Республики Башкортостан по тел. 8 (347)-286-58-27, 8 (347)-279-91-20 (многоканальный, круглосуточно).

«Горячая линия» Министерства образования и науки РБ 8347-246-12-65 (с 9:00-18:00ч.)

«Горячая линия» ГБПОУ ААПК по тел. 8(34754)-36058, 8(347554)36047  
acxt@mail.ru

Также можно обратиться к администрации колледжа через форму на сайте