



# 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 респиратори

## Коли використовувати медичну маску



**1.** Якщо ви здорові, вам потрібно носити маску, тільки якщо ви доглядаете 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 чхаете



**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, вийміть руки із засобом на основі спирту або милом



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



**2.** Покрийте рот і ніс маскою і герметично зафіксуйте її за допомогою реміньків і м'яскою не вникайте прогалин



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



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





# 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



МІНІСТЕРСТВО  
ОХОРОНИ  
ЗДОРОВ'Я  
УКРАЇНИ



Джерело:  
Всесвітня організація  
охорони здоров'я

# Безпека харчових продуктів



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



Мийте руки між обробкою сирової та вареної їжі



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



МІНІСТЕРСТВО  
ОХОРОНИ  
ЗДОРОВ'Я  
УКРАЇНИ



Джерело:  
**Всесвітня організація охорони здоров'я**

# 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



МІНІСТЕРСТВО  
ОХОРОНИ  
ЗДОРОВ'Я  
УКРАЇНИ



Джерело:  
Всесвітня організація  
охорони здоров'я



# 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.



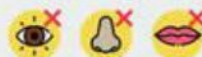
Часто знезаражуйте руки засобом на основі спирту або мийте з милом



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



Не торкайтеся очей, носа чи рота



Їжте тільки добре приготовану їжу



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



Не плюйте в громадських місцях



Уникайте тісних контактів із тваринами



МІНІСТЕРСТВО  
ОХОРОНИ  
ЗДОРОВ'Я  
УКРАЇНИ



Джерело:  
Всесвітня організація  
охорони здоров'я

# 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



МІНІСТЕРСТВО  
ОХОРОНИ  
ЗДОРОВ'Я  
УКРАЇНИ



Джерело:  
**Всесвітня організація  
охорони здоров'я**