

ОРВИ, ГРИПП, COVID-19 - СИМПТОМЫ И ПРОФИЛАКТИКА



ОРВИ, ГРИПП, COVID-19 – СИМПТОМЫ И ПРОФИЛАКТИКА

ОРВИ (острая респираторная вирусная инфекция) – заболевание верхних дыхательных путей, вызванное проникновением в организм вирусов. И ОРВИ, и грипп, и COVID-19 вызываются вирусами.

СИМПТОМЫ:

Повышение температуры тела, озноб, насморк, боль в горле, сухой кашель, затруднение дыхание, ощущение тяжести в грудной клетке, общая слабость, ломота в мышцах, головная боль

ВАЖНО:

- Самолечение недопустимо, поставить диагноз и назначить необходимое лечение должен врач после проведения консультации
- При появлении симптомов ОРВИ оставайтесь дома
- В зависимости от тяжести симптомов, вызовите врача на дом или бригаду скорой медицинской помощи
- Употребляйте жидкости чаще чем обычно (чай, компоты, морсы, соки)
- При кашле и чихании прикрывайте рот и нос платком или салфеткой

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ:

- Оставайтесь дома
- Изолируйте совместно проживающих членов семьи
- Соблюдайте постельный режим
- Вызывайте врача на дом по телефонам регистратуры или короткому номеру 122
- Наберитесь терпения, если вызов зарегистрирован, врач к Вам обязательно придет. Из-за большого количества пациентов это может занять больше времени
- Самостоятельно не принимать антибактериальные препараты без назначения врача
- Принимайте назначенные препараты вовремя

КАК СНИЗИТЬ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И БЛИЗКИХ:

- По возможности изолируйте больного в отдельной комнате
- Регулярно проветривайте помещение и делайте влажную уборку
- Не прикасайтесь руками к глазам, носу, рту
- Мойте руки, промывайте нос
- Используйте маски в общественных местах и в транспорте, при уходе за больным
- Избегайте контакта с людьми, которые имеют признаки заболевания ОРВИ

ГРУППА ПОВЫШЕННОГО РИСКА:

- Пожилые люди
- Маленькие дети
- Беременные женщины
- Лица с хроническими неинфекционными заболеваниями (бронхиальная астма, сахарный диабет, цирроз печени, заболевания сердечно-сосудистой системы, онкологические заболевания, заболевания крови, заболевания кишечника, длительный прием гормонов, ревматические заболевания, программный гемодиализ, иммунодефицитные состояния, и др.)



Часто мойте руки с водой и мылом не менее 20 сек



Не касайтесь лица немытыми руками



Избегайте приветственных рукопожатий



Избегайте людных мест



Носите медицинскую маску



Делайте влажную уборку с дезинфицирующими средствами