

## МЕРКИ ЗА ПРЕВЕНЦИЯ НА КОРОНАВИРУСНИ ИНФЕКЦИИ!

За намаляване на експозицията и предаването на редица инфекциозни заболявания, в това число и на 2019-nCoV, стандартните препоръки включват отлична хигиена на ръцете и дихателните пътища, както и прилагането на практики за получаване на безопасна храна.

Освен това се препоръчва :

1. Често миене на ръцете с използване разтвор на алкохолна/спиртна основа при търкане на ръцете или сапун и вода - в продължение на 20-30 сек. най-малко;
2. Когато кашляме и/или кихаме да покриваме устата и носа си със сгънат лакът или тъкан, след което, ако сме използвали тъкан, същата се изхвърля веднага и следва измиване на ръцете;
3. Да се избягва тесен контакт с всеки, който има треска и кашлица;
4. Ако имате температура, кашлица и затруднено дишане потърсете лекарска помощ и споделете с лекар историята на пътуванията ви;
5. Да не се посещават живи пазари в района или там, където има установени случаи на 2019-nCoV, избягвайте директния незащитен контакт с живи животни, както и с повърхности, които са в контакт с животни;
6. Трябва да се избягва консумацията на сурови или недобре термично обработени животински продукти. Съгласно добрите практики за безопасност на храните трябва да се работи внимателно със сурово месо, мляко и животински органи, за да се избегне кръстосано замърсяване с неварени храни;
7. Да се избягват посещенията на масови мероприятия-кино, театър, концерти и пътувания към райони,където са констатирани случаи на короновирални инфекции;
8. Да се избягват директните контакти с хора-ръкостискания , прегръдки, целувки и т.н.;
9. Използвайте маски при придвижвания навън и на места,където влизате в непосредствен контакт с хора-в търговските обекти и обществения транспорт. Трябва да се знае, че маските по-скоро ви предпазват от докосвания в близост до дихателните пътища и не са сигурна гаранция за предпазване от заразяване при директно кашляне/кихане;
10. Този вирус се разпространява на големи капки - чрез кашляне и кихане!

**!Инфектирането може да се случи през носа, очите, устата - през дихателните пътища! И ДА НЕ ЗАБРАВЯМЕ - ЛИЧНАТА ХИГИЕНА Е НАЙ-ВАЖНА! НЕ СЕ ПОДДАВАЙТЕ НА ПАНИКА - НЕКА ДА БЪДЕМ ПО-ВНИМАТЕЛНИ, ДА СЕ ПРЕДПАЗВАМЕ И ДА ПАЗИМ ОКОЛНИТЕ!**