

# СОГАЗ МЕД Что нужно знать о коронавирусе?

## Симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом:

- высокая температура тела
- головная боль
- слабость
- кашель
- затрудненное дыхание
- боли в мышцах
- тошнота
- рвота
- диарея

Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями и обычным (сезонным) гриппом.

**Если Вы обнаружили у себя один или сразу несколько симптомов, СОГАЗ-Мед рекомендует незамедлительно обратиться за медицинской помощью путем вызова врача на дом.**

## Пути передачи коронавируса:

- Воздушно-капельный (выделение вируса происходит при кашле, чихании, разговоре);
- Контактно-бытовой (через предметы обихода).

## Как защитить себя от заражения?

Защитить себя на 100% от вируса невозможно, но если соблюдать определенные правила, то риск заражения можно снизить в несколько раз:

- Чаще мойте руки с мылом, используйте дезинфицирующие средства. Желательно носить их с собой, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.
- На работе и дома регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым прикасаетесь (клавиатура, оргтехника общего пользования, экран смартфона и т.д.)
- Старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (такие прикосновения свершаются нами в среднем 15 раз в час).
- Находясь в людных местах максимально сократите прикосновения к находящимся в этих местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица.
- Чаще проветривайте помещение.
- Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.
- Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется.
- Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик.

Помогают ли маски при инфекционных заболеваниях?

Использование одноразовой медицинской маски снижает риск заболевания вирусными инфекциями, которые передаются воздушно-капельным путем. Для больных ОРВИ ношение маски обязательно.

## Как правильно носить медицинскую маску?

Если мы хотим достичь максимального эффекта защиты от вируса при ношении маски, стоит обратить внимание на следующие рекомендации:

- Перед применением маски следует тщательно вымыть руки.
- Маска должна плотно сидеть на лице, полностью закрывая нос, рот и подбородок.
- При использовании повязки запрещается трогать ее руками.

- Надевать и снимать маску можно только за ушные петли, не дотрагиваясь до ее ткани.
- Менять маски следует каждые 2 часа. Использованное изделие следует сразу утилизировать, не стоит оставлять его на столе или класть в сумку. Повторное применение недопустимо! Маска является одноразовой.
- Надевать повязку на лицо необходимо только в помещениях, в транспорте или при прямом контакте с больным человеком. На улице риск заболевания минимален и маска не нужна.

### **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?**

Заразиться вирусом рискуют люди всех возрастов, однако, как и в случае других ОРВИ, дети и люди старше 65 лет 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?**

Симптомы гриппа проявляются очень быстро, через 2-3 дня после заражения. Коронавирусу же требуется для этого до 14 дней.

**Следите за новейшей информацией о коронавирусе. Выполняйте рекомендации специалистов, центральных и местных органов здравоохранения, а также организации, в которой вы работаете, по защите себя и окружающих.**

### **Зачем это нужно?**

У центральных и местных органов здравоохранения имеется самая актуальная информация о динамике заболеваемости коронавирусом в вашем регионе. Они могут выдать наиболее подходящие рекомендации о мерах индивидуальной защиты для жителей вашего района.

### **Справка**

Если Вы застрахованы в компании «СОГАЗ-Мед» и у Вас возникли вопросы, связанные с получением медицинской помощи в системе ОМС или качеством оказания медицинских услуг, обращайтесь в СОГАЗ-Мед по круглосуточному телефону контакт-центра 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный). Подробная информация на сайте [www.sogaz-med.ru](http://www.sogaz-med.ru).