Памятка о мерах профилактики и настороженности в отношении заболевания, вызванного новым коронавирусом, для лиц, выезжающих в страны с неблагополучной эпидемической ситуацией (Китайская Народная Республика, Таиланд, Япония, Республика Южная Корея, США, Тайвань)

Основные симптомы заболевания: слабость, головные боли, головокружение, повышение температура тела, кашель, затруднённое дыхание.

Специфических мер, с помощью которых можно было бы уберечься от инфекции, пока нет. Существуют только рекомендации общего характера.

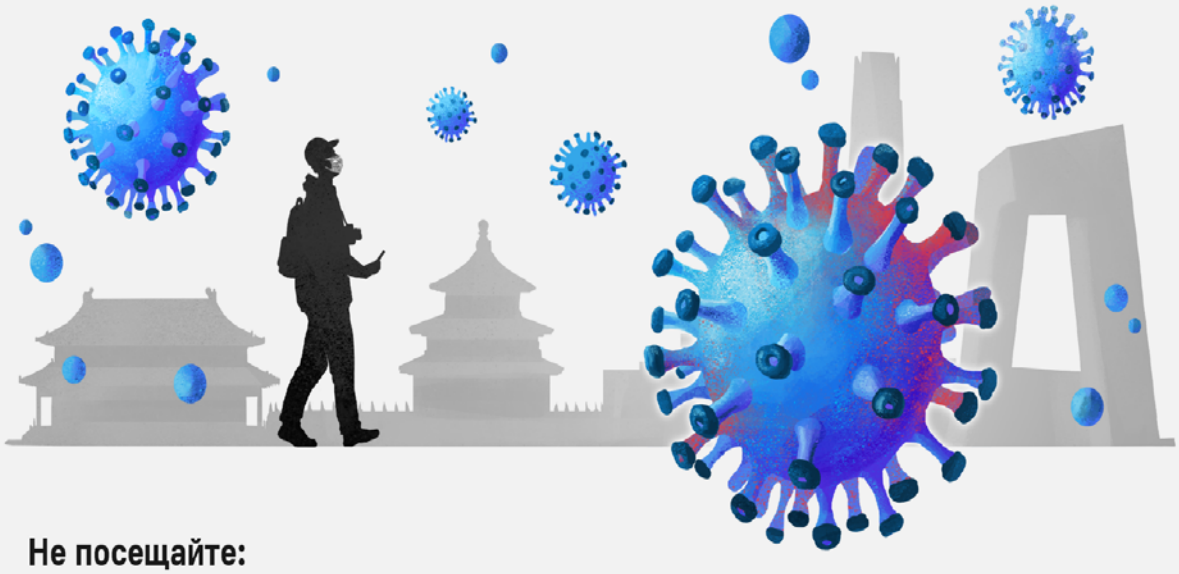
В целях недопущения распространения случаев заболеваний, вызванных новым коронавирусом в Российской Федерации, российским туристам **необходимо соблюдать следующие меры предосторожности:**

1. При планировании зарубежных поездок уточнять эпидемическую ситуацию.
2. По возможности избегать общественного транспорта, мест скопления большого количества людей.
3. Пользоваться средствами защиты органов дыхания: масками и респираторами.
4. Соблюдать правила личной гигиены. Мыть руки после посещения мест массового скопления людей и перед приемом пищи. Пользоваться антисептиком для рук или влажными салфетками с противомикробным действием.
5. Не посещать рынки, где продаются животные и морепродукты.
6. Употреблять только термически обработанную пищу и бутилированную воду.
7. Не посещать зоопарки, культурно-массовые мероприятия с привлечением животных.
8. Для профилактики заболевания также рекомендуются регулярные проветривания помещений и влажная уборка.
9. При первых признаках заболевания, обращаться за медицинской помощью в медицинские организации, не допускать самолечения.
10. При обращении за медицинской помощью на территории Российской Федерации информировать медицинский персонал о времени и месте пребывания в КНР или других странах с неблагополучной эпидемической ситуацией.
11. По возможности воздержаться от поездок в страны с неблагополучной эпидемической ситуацией.

Профилактика коронавируса

В связи с угрозой распространения нового коронавируса соблюдайте меры предосторожности в поездках:

- уточняйте эпидемиологическую обстановку при планировании путешествия;
- используйте маски для защиты органов дыхания;
- пейте только бутилированную воду, ешьте только термически обработанную пищу;
- мойте руки перед едой и после посещения многолюдных мест.



Не посещайте:

- рынки, где продаются морепродукты и животные;
- культурно-массовые мероприятия с участием животных.

При любом недомогании срочно обратитесь за медицинской помощью. При обращении в медицинское учреждение на территории РФ сообщите врачу о времени и месте пребывания в КНР.

© ТАСС, 2020. Источник: Роспотребнадзор.