

**COVID-19**РОСПОТРЕБНАДЗОР  
ЕДИННЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-555-49-43**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ  
НА ПЕРИОД ЭПИДЕМИИ  
КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ**

1. На период ограничительных мероприятий необходимо исключить, а, если такое невозможно, то максимально ограничить контакты детей.



2. Для максимального снижения риска инфицирования детям лучше оставаться дома. При этом необходимо регулярно проветривать помещение, не реже 1 раза в день проводить влажную уборку с применением дезинфицирующих средств. Важно сразу провести дезинфекцию помещения, а также предметов, упаковки продуктов после доставки их домой.



3. Нужно полностью исключить посещения каких-либо учреждений, мест общественного питания, торговли, образовательных и развлекательных центров, а также других мест общественного пользования.



4. К местам общественного пользования, которые не следует посещать, относятся детские площадки дворов и парков.



5. Гулять с детьми можно на собственных приусадебных участках и площадках, находящихся в индивидуальном пользовании.



6. Посещение лесопарковых зон возможно только при исключении общения с другими взрослыми и детьми, при отсутствии вокруг других отдыхающих.



7. Перед вынужденным выходом из квартиры ребенку по возможности нужно объяснить, что за пределами квартиры нельзя прикасаться руками к лицу и к каким-либо предметам: дверным ручкам, поручням и перилам, стенам, кнопкам лифта и др.



8. После возвращения домой необходимо обработать руки дезинфицирующим средством, снять одежду, тщательно с мылом помыть руки и другие открытые участки кожи, особо обратив внимание на лицо, прополоскать рот, аккуратно промыть нос (неглубоко).

9. Следует помнить, что при достаточной влажности и невысокой температуре коронавирус может сохранять жизнеспособность в течение длительного времени, до 3 суток и более. У некоторых людей, независимо от возраста, вирус может давать лёгкую или стертую форму заболевания. Именно такие люди наиболее часто становятся источником заболевания.

# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ НА ПЕРИОД ЭПИДЕМИИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

**COVID-19****РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ  
ДЕЗИНФЕКЦИОННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ  
В ЖИЛЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ ДЛЯ ЛИЦ,  
НАХОДЯЩИХСЯ В ДОМАШНЕЙ ИЗОЛЯЦИИ**

Проводить влажную уборку не менее 2 раз в день. Салфетки, тряпки после уборки следует тщательно промыть в моющем средстве и высушить



Протирать дезинфицирующим раствором 1 раз в конце дня поверхности, к которым прикасаются чаще всего - дверные ручки, краны, столы, спинки стульев и т.д.



Помыв посуду, ополоснуть ее кипятком и высушить. При использовании посудомоечной машины дополнительная обработка посуды не требуется



По возможности постоянно проветривать помещение



Стирать белье в обычном режиме при температуре воды 60 градусов



Следует использовать дезинфекционные средства, предназначенные для обеззараживания поверхностей. При отсутствии дезинфекционных средств можно использовать хлорные и кислородные отбеливатели для белья



Работать в перчатках, не допускать попадания в глаза!



Продезинфицированные поверхности через 5-10 минут нужно протереть салфеткой, смоченной чистой водой



Регулярно обрабатывать руки кожным антисептиком или мыть водой с мылом, тщательно намыливая в течение 15-20 секунд, а затем смывая теплой водой



В случае если у лица, находящегося на домашней изоляции выявлено инфекционное заболевание, в помещении проводится дезинфекция силами специализированной организации, осуществляющей дезинфекционную деятельность

# КОРОНАВИРУС

- это возбудитель острой респираторной вирусной инфекции (ОРВИ), при которой отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.

## Как передается вирус?



Воздушно-капельным путем (при кашле, чихании, разговоре)



Воздушно-пылевым путем (через воздух, содержащий зараженные частички жидкости/пыли)

Контактным путем (рукопожатия, объятия, общение с больным человеком предметы обихода)

Инкубационный период

**2-14 суток**

Устойчивость вируса  
во внешней среде

**2 часа - 3 дня**

## Симптомы

- повышение температуры, озноб;
- сухой кашель, одышка;
- ощущение тяжести в грудной клетке;
- заложенность носа, чихание;
- головная боль, ломота в конечностях;
- повышенная утомляемость, слабость, бледность кожи;
- диарея, тошнота, рвота (чаще наблюдается у детей)

При любом недомогании

**незамедлительно  
обратитесь к врачу!**

## Важно!

Вернувшись с территории, где зарегистрированы случаи коронавирусной инфекции, необходимо позвонить в поликлинику по месту жительства.



## Соблюдайте правила респираторной гигиены

При кашле и чихании прикрывайте рот и нос салфеткой или сгибом локтя; сразу выкидывайте салфетку в контейнер для мусора и обрабатывайте или мойте руки. Эти несложные действия позволяют предотвратить распространение вирусов.