

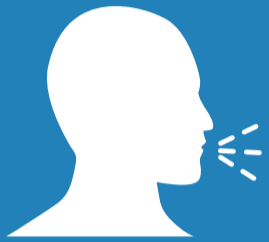
# ЧТО НАДО ЗНАТЬ О КОРОНАВИРУСЕ



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**КОРОНАВИРУС** – это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.

## Вирус передается



Воздушно-капельным путем при чихании и кашле



Контактным путем

## Как не допустить



Не выезжать в эпидемиологически неблагоприятные страны



Избегать посещения массовых мероприятий



Чаще мыть руки



Использовать медицинские маски



Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания

## Симптомы

Повышенная утомляемость

Ощущение тяжести в грудной клетке

Повышение температуры, озноб

Заложенность носа

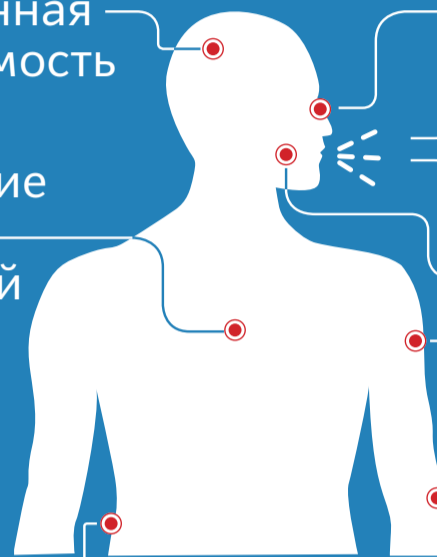
Чихание

Кашель

Боль в горле

Боль в мышцах

Бледность



## Осложнения

Сепсис

Проблемы с ЖКТ (у детей)

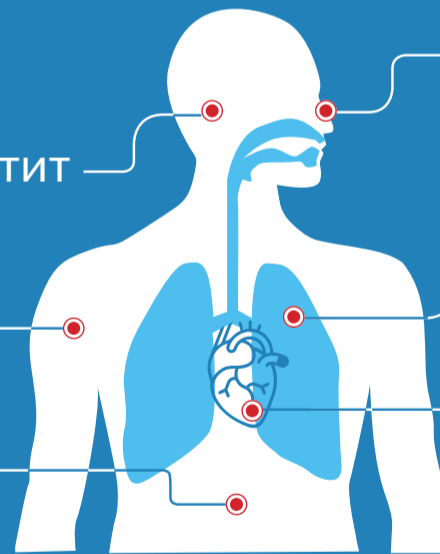
Отит

Синусит

Бронхит

Пневмония

Миокардит (воспаление сердечной мышцы)



## Что делать, если...



Обратиться к врачу



Не заниматься самолечением

# Профилактика COVID-19 в организациях



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

## Рекомендации для организаций:



### РАЗРАБОТАТЬ ГРАФИК ВЫХОДА

персонала на рабочее место малыми группами в целях исключения скопления людей в местах входа

---



### НЕ ДОПУСКАТЬ К РАБОТЕ

персонал с признаками респираторного заболевания (входная термометрия)

---



### ДЕЗИНФЕКЦИЯ ВОЗДУХА

(рециркуляторы воздуха, УФ-облучатели бактерицидные), регулярное проветривание помещений

---



### РЕГУЛЯРНАЯ ОБРАБОТКА

поверхностей антисептиком

---



### СОБЛЮДЕНИЕ МЕР ГИГИЕНЫ:

частое мытье рук мылом или протирка их индивидуальным кожным антисептиком

---



### ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ЗАРУБЕЖНЫХ КОМАНДИРОВОК

исключить или уменьшить поездки своих сотрудников в другие страны

# Рекомендации по профилактике новой коронавирусной инфекции для тех, кому 60 и более лет



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Новая коронавирусная инфекция передается от больного человека к здоровому человеку через близкие контакты. Когда человек чихает или кашляет рядом с вами. Когда капельки слизи изо рта и носа больного попадают на поверхности, к которым вы прикасаетесь.

Люди «серебряного возраста» старше 60 лет в группе особого риска. Именно у пожилых из-за нагрузки на иммунную систему возможны осложнения, в том числе такие опасные как вирусная пневмония. Эти осложнения могут привести к самым печальным исходам. Важно сохранить ваше здоровье!



**Постарайтесь реже посещать общественные места.** По возможности реже пользуйтесь общественным транспортом, особенно в часы пик. Сократите посещение магазинов и торговых центров, МФЦ, банков.



**Запаситесь одноразовыми бумажными платочками.**

При кашле и чихании прикрывайте ими рот и нос и выбрасывайте салфетку сразу после использования.



**Попросите своих близких или сотрудников социальной службы** помочь с оплатой коммунальных услуг, приобретением продуктов или необходимых товаров дистанционно.



**Пользуйтесь влажными салфетками для дезинфекции.** Протирайте ими сумки, телефоны, книги и другие предметы, которые были вместе с Вами в общественных местах и в транспорте.



Если Ваши близкие вернулись из-за границы и у них появились признаки простуды — **ограничьте с ними контакты** и настоятельно требуйте их обращения за медицинской помощью. Ваш мудрый совет поможет сохранить здоровье Вас и Ваших родных!



Если Вы заболели или почувствовали себя нехорошо (не только в связи с простудными признаками, но и по другим проблемам со здоровьем, например, давлением) — **не ходите в поликлинику, а вызывайте врача на дом.**



**Часто мойте руки с мылом, гигиена очень важна для Вашего здоровья.** Мойте их после возвращения с улицы, из общественных мест, после контактов с упаковками из магазинов, перед приготовлением пищи. Не трогайте грязными руками лицо, рот, нос и глаза — так вирус может попасть в Ваш организм.



Если Вы заболели простудой, а среди Ваших близких люди выезжали за рубеж в последние 2 недели, **обязательно скажите об этом врачу.** Он назначит анализ на новую коронавирусную инфекцию.



**Тщательно соблюдайте рекомендации врача** по лечению имеющихся у Вас хронических заболеваний.

# Информация для работников

## Где можно получить информацию о текущей ситуации по COVID-19?

1. В мире – официальные сайты ВОЗ и Роспотребнадзора
2. В России – официальный сайт Роспотребнадзора
3. В отдельных регионах России – официальные сайты территориальных органов власти в субъекте РФ

## Какие симптомы наблюдаются у пациентов с COVID-19?

*Основные симптомы:*

- Повышение температуры тела в >90% случаев
- Кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты) в 80% случаев
- Одышка в 55% случаях
- Ощущение сдавленности в грудной клетке в >20% случаев

*Редкие симптомы:*

- головные боли (8%)
  - кровохарканье (5%)
  - диарея (3%)
  - тошнота, рвота
  - Сердцебиение
- Данные симптомы в дебюте инфекции могут наблюдаться в отсутствии повышения температуры тела.

## Как проводится диагностика заболевания?

1. Сбор и оценка жалоб, анамнеза заболевания, эпидемиологического анамнеза,
2. Медицинский осмотр.

Далее – по назначению врача:

- Лабораторная диагностика специфическая (выявление РНК SARS-CoV-2 методом ПЦР)
- Лабораторная диагностика общая (клинический анализ крови, биохимический анализ крови и др.)
- Инструментальная диагностика

## Что нужно делать, чтобы не заразиться?

- Избегайте поездок в страны, где регистрируются случаи новой коронавирусной инфекции.
- Избегайте контактов с людьми, имеющими признаки простуды и ОРВИ (выделения из носа, кашель, чихание и др.).
- Избегайте мест массового скопления людей.
- Как можно чаще мойте руки с мылом. При отсутствии доступа к воде и мылу используйте одноразовые спиртовые салфетки или увлажняющие гигиенические салфетки.
- Прикасайтесь к лицу и глазам только недавно вымытыми руками или одноразовой салфеткой.
- По возможности – не прикасайтесь к ручкам, перилам, другим предметам и поверхностям в общественных местах и ограничьте приветственные рукопожатия, поцелуи и объятия.
- Надевайте одноразовую медицинскую маску в людных местах и транспорте.
- Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.
- Регулярно делайте влажную уборку в помещении, в котором находитесь.
- Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансированно питайтесь и регулярно занимайтесь физическими упражнениями.

- Обеспечить режим изоляции гражданам, в отношении которых приняты постановления санитарных врачей об изоляции, при необходимости обеспечить самоизоляцию на дому по обстоятельствам и на срок, указанных в указах Глав субъектов Российской Федерации, либо на срок указанный в постановлениях санитарных врачей.

### **Что нужно делать, чтобы не заразить окружающих?**

- При появлении признаков ОРВИ оставайтесь дома и вызовите врача. Минимизируйте контакты с другими людьми.
- Используйте одноразовую медицинскую маску. Если нет маски, при кашле и чихании прикрывайте рот одноразовым платком или салфеткой. При невозможности – прикрывайте рот областью локтевого сгиба.
- Не прикрывайте рот кистями рук при кашле и чихании, так как это способствует распространению вируса. При невозможности – немедленно вымойте руки с мылом или тщательно протрите их одноразовыми спиртовыми салфетками или увлажняющими гигиеническими салфетками.
- Использованные платки и салфетки выбрасывайте в мусорные баки.

Ограничительные меры проводятся в соответствии с Постановлениями Главного санитарного врача Российской Федерации:

от 31.01.2020 №3 «О проведении дополнительных санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий по недопущению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции, вызванной 2019-nCoV»

от 02.03.2020 № 5 «О дополнительных мерах по снижению рисков завоза и распространения новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV)».



# У К А З

## МЭРА МОСКВЫ

**16 марта 2020 г. № 21-УМ**

**О внесении изменения в указ Мэра Москвы от 5 марта 2020 г. № 12-УМ**

В соответствии с Законом города Москвы от 8 июля 2009 г. № 25 «О правовых актах города Москвы»:

1. Внести изменение в указ Мэра Москвы от 5 марта 2020 г. № 12-УМ «О введении режима повышенной готовности» (в редакции указов Мэра Москвы от 10 марта 2020 г. № 17-УМ, от 14 марта 2020 г. № 20-УМ), изложив указ в следующей редакции:

«О введении режима повышенной готовности

В связи с угрозой распространения в городе Москве новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV), в соответствии с подпунктом «б» пункта 6 статьи 4<sup>1</sup> Федерального закона от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»:

1. Ввести на территории города Москвы режим повышенной готовности.

2. Запретить до 10 апреля 2020 г. проведение на территории города Москвы спортивных, зрелищных, публичных и иных массовых мероприятий.

### 3. Временно приостановить:

3.1. Проведение в городе Москве досуговых мероприятий с участием граждан, в том числе в сфере культуры, физической культуры и спорта, выставочной, развлекательной и просветительской деятельности, в зданиях, строениях, сооружениях (помещениях в них) с числом участников более 50 человек одновременно.

3.2. Работу кружков и секций программы «Московское долголетие», а также проведение иных досуговых мероприятий в центрах социального обслуживания населения.

3.3. С 21 марта 2020 г. по 12 апреля 2020 г. включительно посещение обучающимися организаций, указанных в пункте 8 настоящего указа. При этом, при наличии соответствующего решения родителей или иных законных представителей обеспечить для учеников 1-4 классов включительно работу дежурных групп численностью не более 12 обучающихся. Обеспечить соблюдение в указанных группах санитарного режима.

### 4. Обязать граждан:

4.1. Посещавших территории, где зарегистрированы случаи новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV):

4.1.1. Сообщать о своем возвращении в Российскую Федерацию, месте, датах пребывания на указанных территориях, контактную информацию на горячую линию города Москвы по номеру телефона +7 (495) 870-45-09.

4.1.2. При появлении первых респираторных симптомов незамедлительно обратиться за медицинской помощью на дому без посещения медицинских организаций.

4.1.3. Соблюдать постановления санитарных врачей о нахождении в режиме изоляции на дому.

4.2. Прибывших из Китайской Народной Республики, Республики Корея, Итальянской Республики, Исламской Республики Иран, Французской



Республики, Федеративной Республики Германия, Королевства Испания, иных государств-членов Европейского союза, Республики Сербия, Республики Албания, Соединенного Королевства Великобритании и Северной Ирландии, Республики Северная Македония, Черногории, Княжества Андорра, Королевства Норвегия, Швейцарской Конфедерации, Исландии, Княжества Монако, Княжества Лихтенштейн, Республики Молдова, Республики Беларусь, Украины, Боснии и Герцеговины, Ватикана, Республики Сан-Марино, Республики Хорватия, Соединенных Штатов Америки, помимо мер, предусмотренных пунктом 4.1 настоящего указа, обеспечить самоизоляцию на дому на срок 14 дней со дня возвращения в Российскую Федерацию (не посещать работу, учебу, минимизировать посещение общественных мест).

4.3. Совместно проживающих в период обеспечения изоляции с гражданами, указанными в пункте 4.2 настоящего указа, а также с гражданами, в отношении которых приняты постановления санитарных врачей об изоляции, обеспечить самоизоляцию на дому на срок, указанный в пункте 4.2 настоящего указа, либо на срок, указанный в постановлениях санитарных врачей.

5. Обязать всех работодателей, осуществляющих деятельность на территории города Москвы:

5.1. Обеспечить измерение температуры тела работникам на рабочих местах с обязательным отстранением от нахождения на рабочем месте лиц с повышенной температурой.

5.2. Оказывать работникам содействие в обеспечении соблюдения режима самоизоляции на дому.

5.3. При поступлении запроса Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по городу Москве незамедлительно представлять информацию о всех контактах заболевшего новой коронавирусной инфекцией (2019-nCoV) в связи с



исполнением им трудовых функций, обеспечить проведение дезинфекции помещений, где находился заболевший.

5.4. Не допускать на рабочее место и (или) территорию организации работников из числа граждан, указанных в пункте 4.2 настоящего указа, а также работников, в отношении которых приняты постановления санитарных врачей об изоляции.

6. Департаменту здравоохранения города Москвы:

6.1. Обеспечить возможность оформления листков нетрудоспособности без посещения медицинских организаций для лиц, указанных в пункте 4 настоящего указа.

6.2. Организовать работу медицинских организаций с приоритетом оказания медицинской помощи на дому лихорадящим больным с респираторными симптомами, посещавшим территории, где зарегистрированы случаи новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV), и пациентам старше 60 лет, для чего обеспечить усиление выездной амбулаторной службы сотрудниками отделений профилактики, городской фтизиатрической службы и клиническими ординаторами образовательных организаций высшего образования.

6.3. Обеспечить готовность медицинских организаций, осуществляющих медицинскую помощь стационарно и амбулаторно, оказывающих скорую медицинскую помощь, к приему и оперативному оказанию медицинской помощи больным с респираторными симптомами, отбор биологического материала для исследования на новую коронавирусную инфекцию (2019-nCoV).

6.4. Совместно с Управлением Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по городу Москве обеспечить изоляцию граждан, у которых по результатам лабораторных исследований подтверждено наличие новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV), в соответствии с медицинскими показаниями.

7. Департаменту транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры города Москвы обеспечить приостановление реализации проездных билетов водителями на наземном городском и автомобильном транспорте общего пользования в городском и пригородном сообщении.

8. Органам власти, осуществляющим функции и полномочия учредителей образовательных организаций, предоставляющих общее, дополнительное образование, осуществляющих спортивную подготовку, обеспечить принятие в установленном порядке решений о возможности свободного посещения до 21 марта 2020 г. учебных занятий обучающимися по решению их родителей или иных законных представителей.

9. В связи с проводимыми работами по комплексной реконструкции Инфекционной клинической больницы № 1 заместителю Мэра Москвы в Правительстве Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства Бочкареву А.Ю. обеспечить проработку вопроса создания инфекционного корпуса с использованием быстровозводимых конструкций.

10. Комиссии Правительства Москвы по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности под моим руководством обеспечить координацию действий органов государственной власти города Москвы, органов местного самоуправления городских округов, поселений в городе Москве и организаций.

11. Заместителю Мэра Москвы в Правительстве Москвы по вопросам социального развития - председателю Штаба по мероприятиям по предупреждению завоза и распространения инфекции, вызванной коронавирусом 2019-nCoV в городе Москве (далее - Штаб), Раковой А.В.:

11.1. Перевести Штаб в круглосуточный режим работы до особого распоряжения.

11.2. Ежедневно представлять Мэру Москвы доклад о ситуации с распространением в городе Москве новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV), количестве заболевших, в том числе вновь выявленных случаях

заражения инфекцией.

11.3. Обеспечить подготовку и представление Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы предложений по оказанию мер дополнительной адресной поддержки граждан.

11.4. Обеспечить разъяснение Штабом положений настоящего указа.

12. Оперативному штабу по экономическим вопросам в городе Москве подготовить предложения по мерам поддержки предприятий и организаций, индивидуальных предпринимателей, деятельность которых была ограничена в связи с введением режима повышенной готовности.

13. Установить, что распространение новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV) является в сложившихся условиях чрезвычайным и непредотвратимым обстоятельством, повлекшим введение режима повышенной готовности в соответствии с Федеральным законом от 21 декабря 1994 г. N 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», который является обстоятельством непреодолимой силы.

14. Контроль за выполнением настоящего указа оставляю за собой.».

2. Контроль за выполнением настоящего указа оставляю за собой.

**Мэр Москвы**



**С.С. Собянин**