

Роспотребнадзор напоминает, что делать, если в семье кто-то заболел гриппом или коронавирусной инфекцией

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ ИЛИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

1. Вызовите врача.
2. Выделите больному отдельную комнату. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.
3. Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.
4. Часто проветривайте помещение, лучше всего каждые два часа.
5. Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.
6. Выделите больному отдельную посуду для приема пищи. После использования ее необходимо дезинфицировать. Больной должен питаться отдельно от других членов семьи.
7. Часто мойте руки с мылом, особенно до и после ухода за больным.
8. Ухаживая за больным обязательно используйте маски и перчатки, дезинфицирующие средства.
9. Ухаживать за больным должен только один член семьи.
10. В комнате больного используйте дезинфицирующие средства, протирайте поверхности не реже 2 раз в день.



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ ИЛИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ

1. Вызовите врача.
2. Выделите больному отдельную комнату. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.
3. Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.
4. Часто проветривайте помещение, лучше всего каждые два часа.
5. Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.
6. Выделите больному отдельную посуду для приема пищи. После использования ее необходимо дезинфицировать. Больной должен питаться отдельно от других членов семьи.
7. Часто мойте руки с мылом, особенно до и после ухода за больным.
8. Ухаживая за больным обязательно используйте маски и перчатки, дезинфицирующие средства.
9. Ухаживать за больным должен только один член семьи.
10. В комнате больного используйте дезинфицирующие средства, протирайте поверхности не реже 2 раз в день.

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

ТОЛЬКО ВРАЧ МОЖЕТ ПОСТАВИТЬ ДИАГНОЗ, НАЗНАЧИТЬ ОБСЛЕДОВАНИЕ И КОМПЬЮТЕРНУЮ ТОМОГРАФИЮ ЛЕГКИХ!

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru





РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ГИГИЕНА ЖИЛЫХ ПОМЕЩЕНИЙ В СЕЗОН ГРИППА И ОРВИ

В сезон гриппа и ОРВИ особое внимание следует уделять уборке в жилых помещениях, например, в квартире или частном доме.

С ЧЕГО НАЧАТЬ?

Во всех комнатах необходимо протереть пыль и пропылесосить. Также во время уборки следует протирать салфеткой с антисептиком выключатели. То же касается спинок стульев, необитых мягкими материалами, поверхностей столов и журнальных столиков.



КАК ПРАВИЛЬНО ЗАКОНЧИТЬ УБОРКУ?

Заканчивать уборку необходимо ванной комнатой и санузлом.

После уборки руки необходимо обработать кожным антисептиком. При отсутствии кожного антисептика нужно мыть руки водой с мылом, тщательно намывая все руки в течение 15-20 секунд, а затем смыть теплой водой.



КАК ЧАСТО НУЖНО ДЕЛАТЬ УБОРКУ?

Генеральную уборку рекомендуется проводить после праздников, приема большого количества гостей, а в период гриппа и ОРВИ раз в две недели.

Регулярную влажную уборку в жилых помещениях Роспотребнадзор рекомендует проводить один-два раза в неделю.

Кроме того, Роспотребнадзор напоминает, что при проведении уборки рекомендуется два раза в год весной и осенью, если они выходят во двор, а если на проезжую часть, до четырех раз в год*.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

* Подготовлено по материалам Института дезинфектологии ФБУН «ФНЦГ им. Ф.Ф. Эрисмана» Роспотребнадзор



Подробнее на
www.rosпотребнадзор.ru



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

КАК ПРОДЕЗИНФИЦИРОВАТЬ ГАДЖЕТЫ

МОБИЛЬНЫЕ УСТРОЙСТВА, ТЕЛЕФОНЫ, ПЛАНШЕТЫ, КОТОРЫЕ МЫ ПРАКТИЧЕСКИ НЕ ВЫПУСКАЕМ ИЗ РУК (ПРИЧЁМ В САМЫХ РАЗНЫХ МЕСТАХ), МОГУТ СТАТЬ ОДНИМ ИЗ ГЛАВНЫХ ИСТОЧНИКОВ БАКТЕРИЙ И ВИРУСОВ – ВОЗБУДИТЕЛЕЙ САМЫХ РАЗЛИЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ.



ПОЧЕМУ ТАК ПРОИСХОДИТ? ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ:

- мобильный телефон или планшет часто передается из рук в руки, а владелец телефона далеко не всегда берёт его только чистыми руками;



- мобильный телефон при разговоре подносится очень близко к лицу;

- многие владельцы гаджетов просто никогда их не чистят, потому что боятся испортить или повредить;



- многие берут мобильные телефоны или планшеты с собой в туалет – место очень «богатое» различными возбудителями.

Особо важную роль мобильное устройство может сыграть как переносчик возбудителей гриппа и других вирусных респираторных инфекций, например, COVID-19.

КАК ИЗБЕЖАТЬ ИНФЕКЦИИ?



1. Нужно строго соблюдать гигиену рук – после посещения общественных мест и туалета всегда тщательно мыть руки в течение 20 секунд, после насухо вытирать одноразовым бумажным полотенцем. Крайне целесообразно иметь при себе антисептические салфетки или жидкие средства (гели, спреи и др.). Так всегда можно поддерживать чистоту рук даже при отсутствии возможности их вымыть.



2. Регулярно обрабатывать сам телефон антисептическими средствами, особенно там, где корпус гаджета соприкасается с лицом. Если есть чехол – то его при обработке нужно снимать и обрабатывать отдельно (а лучше вообще обходиться без него).

Для борьбы с вирусами гриппа и ОРВИ (и коронавирусами) лучше всего использовать салфетки и гели на основе спирта.

Телефон или планшет следует обрабатывать после каждого посещения публичных мест, общественного транспорта и т. д. И обязательно после окончания рабочего дня.



Подробнее на
www.rosпотребнадзор.ru