

Дотримання обмежень задля запобігання поширенню гострих респіраторних та інфекційних хвороб

Інфекція впливає на різні групи людей в різному ступені. У більшості інфікованих хвороба протікає в легкій або середній формі важкості, і їм не потрібна госпіталізація.

При захворюванні часто спостерігаються симптоми: підвищена температура тіла, сухий кашель, стомлюваність. У деяких інфікованих можуть також спостерігатись: різні больові відчуття, біль у горлі, діарея, кон'юнктивіт, головна біль, втрата нюху і смакових відчуттів, висипи на шкірі та депігментація нігтів на руках і ногах. Людям, у яких спостерігаються помірно виражені симптоми і немає інших захворювань, рекомендується симптоматичне лікування в домашніх умовах під наглядом сімейного лікаря.

Симптоми тяжкої форми захворювання: ускладнене дихання та задишка, відчуття здавленості або біль у грудній клітині, порушення мовлення або рухомих функцій. Якщо у вас проявляються симптоми тяжкої форми захворювання, негайно викликайте екстрену медичну допомогу або звертайтеся до лікарні.

Вберегтися від захворювання можливо дотримуючись заходів обережності та правил особистої гігієни:

- мити руки з милом упродовж не менше 20-ти секунд або користуватись антисептиком, вміст спирту в якому повинен бути 60-80%;
- не торкатись очей, носа, рота брудними руками;
- використовувати медичну маску для прикриття роту та носу і окуляри для захисту очей;
- закривати ніс та рот при чханні серветкою, яку потім варто обов'язково викинути;
- не контактувати з особами, у яких наявні симптоми застуди чи інших захворювань верхніх дихальних шляхів, триматись від них на відстані 1,5-2 м;
- на певний час відмовитись від рукоштовань і вітальних поцілунків;
- не подорожувати до епіцентрів захворювання;
- уникати контактів з хворими тваринами;
- не вживати сиру або без належної термічної обробки їжу тваринного походження.