

Ежегодно, как показывают результаты дозорного эпидемиологического слежения за острыми респираторными инфекциями и гриппом, наблюдается сезонный подъем инфекционной заболеваемости среди населения, в том числе и детского.

# СНИЖЕНИЕ РИСКА ИНФИЦИРОВАНИЯ

СТОП  
КОВИД  
БЕЛ












респираторными вирусами

**ЗАВИСИТ ОТ КАЖДОГО ИЗ НАС!**








Продолжающаяся циркуляция пандемического вируса SARS-CoV-2 в сочетании с вирусами гриппа, респираторными вирусами негриппозной этиологии: парагриппа, аденовируса, РС-вирусов, риновируса – может стать причиной смешанной инфекции, которая нередко приводит к различным осложнениям и их неблагоприятным последствиям.

**В целях снижения риска инфицирования респираторными вирусами специалисты напоминают о необходимости соблюдения каждым человеком простых профилактических мер:**

-  максимально сократите время пребывания в местах большого скопления людей;
-  избегайте контакта с людьми, у которых имеются признаки респираторной инфекции;
-  соблюдайте социальную дистанцию (1-1,5 м) при нахождении в общественных местах;
-  используйте средства защиты органов дыхания при невозможности соблюдения социальной дистанции (1-1,5 м);
-  соблюдайте гигиену рук: чаще мойте руки водой с мылом или используйте средство для дезинфекции рук;
-  старайтесь не прикасаться ко рту, носу, глазам;
-  как можно чаще проветривайте помещения, в которых находитесь;
-  регулярно проводите влажную уборку помещений;
-  ведите здоровый образ жизни: чаще совершайте прогулки на свежем воздухе, высыпайтесь и придерживайтесь правил рационального питания.

**В случае появления симптомов респираторной инфекции:**

-  обратитесь за медицинской помощью;
-  выполняйте все назначения и рекомендации врача;
-  оставьте дома детей с признаками острой респираторной инфекции;
-  максимально ограничьте свои контакты;
-  если вы контактируете с людьми – используйте медицинскую маску или респиратор.



**ОТ ИСПОЛНЕНИЯ КАЖДЫМ ИЗ НАС ОБЩЕПРИНЯТЫХ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ ПРАВИЛ ЗАВИСИТ ЗДОРОВЬЕ ОКРУЖАЮЩИХ И В ЦЕЛОМ ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКАЯ СИТУАЦИЯ.**

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ, СВОИХ БЛИЗКИХ И ВСЕХ, КТО ВАС ОКРУЖАЕТ!**

Автор: Тищенко Е.Н. Редактор: Бувина С.А.