

# О КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ (COVID-19)

## ЧТО ЭТО ТАКОЕ

**COVID-19 – это болезнь, вызванная коронавирусом.**

Коронавирусы человека широко распространены и обычно вызывают легкое заболевание, похожее на простуду.

## КАК РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ ВИРУС

Коронавирусы чаще всего распространяются от зараженного человека через:

- ▶ выделения из дыхательных путей при кашле или чихании
- ▶ близкий личный контакт, такой как прикосновение или рукопожатие
- ▶ прикосновение к поверхностям, на которых находится вирус, а затем к глазам, носу или рту невымытыми руками

Известно, что эти вирусы не распространяются через системы вентиляции или через воду.

## ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ СИМПТОМЫ

Если у вас есть симптомы COVID-19, т. е. повышенная температура, кашель или затрудненное дыхание:

- ▶ оставайтесь дома, чтобы не передавать его другим людям если вы живете с другими людьми, находитесь в отдельной комнате или не подходите к другим ближе чем на 2 метра
- ▶ позвоните перед посещением медицинского специалиста или позвоните в местный орган общественного здравоохранения, сообщите о своих симптомах и следуйте полученным инструкциям
- ▶ если вам срочно нужна медицинская помощь, позвоните по номеру 911 и сообщите о своих симптомах.

## СИМПТОМЫ

Симптомы могут варьироваться от очень слабых до более серьезных.

После заражения вирусом до появления симптомов может пройти до 14 дней.



**ПОВЫШЕННАЯ ТЕМПЕРАТУРА**



**КАШЕЛЬ**



**ЗАТРУДНЕННОЕ ДЫХАНИЕ**

## ПРОФИЛАКТИКА

Лучшие способы предотвращения распространения инфекций:



- ▶ часто мойте руки с мылом и водой не менее 20 секунд



- ▶ не касайтесь глаз, носа или рта, особенно невымытыми руками



- ▶ избегайте контакта с больными людьми



- ▶ при кашле или чихании:

- прикрывайте рот и нос рукой или салфеткой, чтобы сократить распространение микробов



- сразу выбрасывайте все использованные салфетки в мусорное ведро и затем мойте руки



- ▶ очищайте и дезинфицируйте предметы и поверхности, к которым часто прикасаются, такие как игрушки, электронные устройства и дверные ручки.



- ▶ оставайтесь дома, если вы больны, чтобы не распространять инфекцию

## КОНТАКТНЫЕ ДАННЫЕ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИИ О КОРОНАВИРУСЕ:

☎ 1-833-784-4397

@ [canada.ca/le-coronavirus](https://canada.ca/le-coronavirus)

✉ [phac.info.aspc@canada.ca](mailto:phac.info.aspc@canada.ca)