

## ***Памятки по профилактике коронавирусной инфекции***

Основные меры по предупреждению распространения коронавируса описаны в *памятке по профилактике коронавирусной инфекции*, которая является новой и появившейся в 2020 году в Китае. Данная памятка по профилактике коронавируса разработана Роспотребнадзором для защиты населения, рекомендует мыть руки и обрабатывать их антисептиком, дезинфицировать поверхности, избегать людных мест и контактов с заболевшими, а также использовать индивидуальные средства защиты (маски).



## **Памятка работодателю по коронавирусу**

Рекомендации работодателям по профилактике коронавирусной инфекции изложены в памятке работодателю по коронавирусу, которая разработана Роспотребнадзором и рекомендует руководителю разделить рабочие потоки, организовать уборку и дезинфекцию помещений, обработку рук работников и посетителей антисептиком, производить обеззараживание воздуха, а также запретить принятие пищи на рабочем месте.



## ***Памятка по правилам личной гигиены при коронавирусе***

Значение гигиенических процедур в период пандемии коронавирусной инфекции раскрыто в памятке по правилам мытья рук при коронавирусе, которая кратко описывает всю процедуру тщательного мытья рук. В памятке по мытью рук предлагается снять украшения, смочить руки в теплой воде и намылить мылом, рассказывается о тщательности самого процесса, ополаскивании и просушке.



## **Памятка по обработке рук антисептиком при коронавирусе**

Как выбрать и использовать антисептик для рук в период распространения коронавирусной инфекции раскрывается в памятке по обработке рук антисептиком при коронавирусе, которая рекомендует в случае, когда нет возможности помыть руки, использовать кожный антисептик, предварительно изучив его состав (спирт не менее 60%). Обработка рук в соответствии с памяткой должна занимать не менее 30 секунд.



## **Памятка по ношению масок при коронавирусе**

Каждый из нас может нанести весомый удар по эпидемии, изучив *памятку по ношению масок при коронавирусе*, соблюдая рекомендации Роспотребнадзора правильного ношения медицинских масок или респираторов и одноразовых перчаток в местах массового скопления людей. Согласно памяткам по использованию масок к таким местам относят магазины, общественный транспорт, парикмахерские, салоны красоты и т.д.



## **Памятка по укреплению здоровья в период коронавируса**

Как и любой вирус, COVID-19 опасен для тех, у кого ослаблен иммунитет. Поэтому рекомендуется ознакомиться с памяткой по укреплению здоровья в период коронавируса и помимо выполнения санитарных норм, позаботьтесь и о своем организме. Специалисты рекомендуют употреблять в пищу фрукты и овощи, пить много воды, заниматься спортом и не пренебрегать прогулками на свежем воздухе. Все это плодотворно сказывается на иммунитете человека и риски заболеть.

