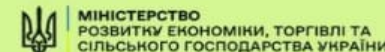


# До уваги студентів, викладачів та співробітників університету!



## 7 порад для захисту від нової коронавірусної інфекції



# 1

### Регулярно мийте руки

Регулярно обробляйте руки спиртовмісним засобом або мийте їх з милом.

### Навіщо це потрібно?

Якщо на поверхні рук присутній вірус, то обробка рук спиртовмісним засобом або миття їх з милом вб'є його.



# 3

### Дотримуйтесь дистанції у громадських місцях

Тримайтеся від людей на відстані як мінімум 1 метра, особливо якщо у них кашель, нежить і підвищена температура.

### Навіщо це потрібно?

Кашляючи або чхаючи, людина яка хворіє на респіраторну інфекцію, таку як 2019 nCoV, поширює навколо себе дрібні краплі, що містять вірус.



# 5

### При підвищенні температури, появі кашлю і ускладненні дихання якомога швидше звертайтеся за медичною допомогою

Якщо ви відвідували країни, де реєструється коронавірус 2019 nCoV, або тісно спілкувалися з кимось, у кого після поїздки у вказані країни спостерігаються симптоми респіраторного захворювання, повідомте про це медичного працівника.



### Як надягати, використовувати, знімати і утилізувати маску

Перед тим як одягти маску, обробіть руки спиртовмісним засобом або вимийте їх з милом.



Одягніть маску так, щоб вона закривала ніс і рот без проміжків між обличчям і маскою.



Не торкайтеся маски під час використання; в разі дотику обробіть руки спиртовмісним засобом або вимийте їх з милом.



Щойно маска матиме ознаки сирості, замініть її на нову, і не використовуйте одноразові маски повторно.



Безпечно знімайте маску, тримаючи за гумки ззаду (не торкаючись до передньої частини маски) відразу ж викиньте в смітник з кришкою; обробіть руки спиртовмісним засобом або вимийте їх з милом.

# 2

### Дотримуйтесь правил респіраторної гігієни

При кашлі та чханні прикривайте рот і ніс серветкою або згином ліктя; відразу викидайте серветку в контейнер для сміття з кришкою і обробляйте руки спиртовмісним антисептиком або мийте їх з милом.



# 4

### По можливості, не чіпайте руками очі, ніс і рот

### Навіщо це потрібно?

Кашляючи або чхаючи, людина поширює навколо себе дрібні краплі, що містять вірус. Торкаючись руками до очей, носа або рота, можна перенести вірус зі шкіри рук до організму.



# 6

### Дотримуйтесь звичайних правил гігієни при відвідуванні продуктивних ринків, де продається м'ясо, птиця або інші продукти тваринного походження

Після дотику до тварин або продуктів тваринного походження регулярно мийте руки чистою водою з милом; категорично уникайте будь-яких контактів з тваринами уникайте контактів з потенційно зараженими відходами тваринного походження на підлозі, або інших поверхнях.



# 7

### Не вживайте в їжу сирі або ті продукти тваринного походження, які не пройшли належну термічну обробку

Відповідно до правил забезпечення безпеки продуктів харчування особливо обережність слід проявляти при поведженні з сирим м'ясом та молоком, щоб уникнути перехресного забруднення продуктами харчування, які не пройшли термічну обробку.



### У яких випадках слід носити маску

Здоровим людям носити маску слід, тільки якщо вони надають допомогу людині з підозрою на інфекцію 2019 nCoV.

### Якщо ви кашляєте або чхаєте - носіть маску

Маски є ефективним засобом тільки в комбінації з регулярною обробкою рук спиртовмісним антисептиком або миття водою з милом.

Якщо ви користуєтеся маскою, вам слід знати правила використання та утилізації одноразових медичних масок

Інформацію адаптовано з матеріалів ВООЗ

При наявності симптомів звертатись за адресою: вул.Желябова, 8 Гуртожиток № 1 (медпункт)  
тел. 455-69-19  
або

**вул.Політехнічна 25/29 (студентська поліклініка)**