[Коронавирусы](https://www.who.int/csr/disease/coronavirus_infections/ru/" \t "_blank) – это большое семейство вирусов, в которое входят вирусы, способные вызывать целый ряд заболеваний у людей – от острой вирусной инфекции до тяжелого острого респираторного синдрома (ТОРС, "атипичная пневмония"), а также [воспалительный процесс](https://uhonos.ru/infekcii/koronavirusnaya/) пищеварительного тракта.

* Источником заболевания предположительно стали животные, морепродукты.
* Новый коронавирус, вызывающий тяжёлую пневмонию, опасен тем, что способен передаваться от человека к человеку уже во время инкубационного периода, который составляет от 1 до 14 дней. Это в корне отличает его от атипичной пневмонии (SARS).

           КАКОВЫ СИМПТОМЫ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ?

* Среди симптомов заражения коронавирусом человека отмечается: повышенная температура, кашель, затрудненное дыхание. То есть по первым признакам он похож на ОРВИ или грипп. К симптомам болезни также относят головную боль, головокружение, мышечные и глазные боли, озноб. Кроме того, возможны рвота и жидкий стул.

В группе риска - люди с избыточным весом, больные хроническими сердечно-сосудистыми и легочными заболеваниями, сахарным диабетом, пенсионеры в возрасте от 60 лет.

* Какого-либо специфического лечения новой пневмонии нет. Применяются противовирусные средства, используемые при других вирусных заболеваниях

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

 ПРАВИЛО 1.

* Часто мойте руки с мылом.
* Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения инфекции. Мытье с мылом удаляет и уничтожает микробы. Если нет возможности помыть руки с мылом пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками.
* Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.
* Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, мобильных телефонов и др.) удаляет и уничтожает вирус.
* Частое проветривание помещений.

     ПРАВИЛО 2.

* Избегайте близкого контакта с больными людьми. Соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больных.
* Избегайте без необходимости поездок в общественном транспорте и посещения многолюдных мест.
* Прикрывайте рот и нос платком при кашле или чихании.
* Избегайте трогать не мытыми руками глаза, нос или рот.  Коронавирус распространяется этими путями.
* Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы  уменьшить риск заболевания, при этом необходимо производить смену масок каждые 2-3 часа.
* Избегайте незащищенных контактов с дикими и домашними животными.

   ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!

* Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, питьевой режим: употребление чистой (лучше бутилированной) воды, физическую активность.
* ***Внимание!***
* До стабилизации обстановки по коронавирусной инфекции воздержитесь от поездок в КНР, Тайланд
* **Раннее обращение к врачу, предоставление информации о прибытии из Китая  и других стран способствует получению необходимого лечения и скорейшего выздоровления!**