**ОСТОРОЖНО !!! ОПАСНАЯ ИНФЕКЦИЯ**

**Памятка родителям!**

**Коронавирус** — это острое вирусное заболевание, характеризующееся преимущественным поражением дыхательной системы и желудочно-кишечного тракта.

## Пути заражения и механизмы развития

Причинами коронавируса являются мутации, в результате которых появляется новый тип вируса. Источником коронавирусной инфекции, как правило, является больной человек. При этом, период контагиозности неопределенно долгий.

Вирус передается воздушно-капельным, воздушно-пылевым, фекально-оральным путем. К факторам передачи относятся выделения носоглотки, рвотных масс, фекалии птиц, животных, больного человека.

У людей восприимчивость к коронавирусу очень высокая, заболеванию подвержены все возрастные группы. Антигенная разнородность вирусов обуславливает значительную частоту повторного инфицирования возбудителями других серологических типов.

**Характерные симптомы коронавируса при респираторной форме:**

* боль при глотании, чихании;
* ринит;
* головная боль;
* кашель;
* проявления гипоксии;
* повышение температуры;
* озноб;
* мышечная боль.

На начальном этапе заражения новым типом возбудителя признаки коронавируса совпадают со всеми признаками обычной простуды: **сухой кашель, слабость, повышение температуры.** **У некоторых пациентов отмечаются поражение глаз (конъюнктивит) и диарея**. Если заболевание протекает в легкой форме, воспаление легких не развивается и весь патологический процесс ограничивается слабо выраженными симптомами. В таких случая температура может подниматься незначительно или вообще оставаться в пределах нормы.

**При тяжелых формах заболевания** состояние пациента быстро ухудшается, поднимается очень высокая температура, появляется непродуктивный упорный кашель, развивается дыхательная недостаточность. Состояние больного значительно ухудшается, если есть сопутствующие заболевания.

**Меры профилактики коронавируса:**

* не посещать регионы, где наиболее часто встречается коронавирусная инфекция;
* носить средства индивидуальной защиты (маски);
* регулярно мыть руки;
* ограничить контакты на близком расстоянии;
* побольше гулять на свежем воздухе в парках, скверах, вдали от людей;
* укреплять местный иммунитет (соблюдать температурный режим в помещении — 18-20 градусов, поддерживать необходимую влажность — от 40 до 60%);
* чаще проветривать жилое помещение;
* увлажнять слизистые оболочки верхних дыхательных путей солевыми растворами.

**Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, — это поддерживать чистоту рук и поверхностей тела.**

* Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.
* Также старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно свершаются нами в среднем 15 раз в час).
* Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.
* Всегда мойте руки перед едой.
* Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, аэропортах и ​​других системах общественного транспорта. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица.
* Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.
* Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.
* Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется.
* На работе - регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульты, дверные ручки и поручни).