



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

УПРАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ
ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ
ЧЕЛОВЕКА ПО КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
(УПРАВЛЕНИЕ РОСПОТРЕБНАДЗОРА ПО
КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ)

Министру социальной политики
Калининградской области
Майстер А. В.

social@gov39.ru

Подполковника Иванникова ул., д. 5, г. Калининград, 236040
Тел.: 8 (4012) 53-69-42, Факс: 8 (4012) 46-34-81
e-mail: Kaliningrad@39.rospotrebnadzor.ru; <http://39.rospotrebnadzor.ru/>
ОКПО 7910930, ОГРН 1053902817792,
ИНН/КПП 3906134200/390601001

10.03.2020 № 39-00-07/04-765-2020

На № _____ от _____

О рекомендациях гражданам по профилак-
тике новой коронавирусной инфекции

Уважаемая Анжелика Валерьевна!

Управление Роспотребнадзора по Калининградской области во исполнение
Плана организационных санитарно-противоэпидемических (профилактических) ме-
роприятий по предупреждению завоза и распространения новой коронавирусной
инфекции, вызванной Covid-19 на территории Калининградской области, направляет
информационные материалы по мерам личной и общественной профилактики
новой коронавирусной инфекции.

Предлагаю обеспечить размещение данной информации во всех социальных
учреждениях области на информационных стендах, информационных экранах, сай-
тах и других доступных для обозрения местах, а также довести указанную инфор-
мацию до сведения сотрудников.

Приложение: рекомендации на 2 листах.

Руководитель

Е. А. Бабура

Горбатова Я. В., 8-4012-57-24-73

10 03 20
7273/24

О рекомендациях гражданам по профилактике новой коронавирусной инфекции

Симптомы заболевания новой коронавирусной инфекции (COVID-19) сходны с симптомами обычного (сезонного) гриппа:

- высокая температура тела
- головная боль
- слабость
- кашель
- затрудненное дыхание
- боли в мышцах
- тошнота
- рвота
- диарея

7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции

1. **Воздержитесь** от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик;
2. **Используйте** одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.
3. **Избегайте** близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
4. **Мойте** руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.
5. **Дезинфицируйте** гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
6. **Ограничьте** по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.

7. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)

5 правил при подозрении на коронавирусную инфекцию:

1. Оставайтесь дома. При ухудшении самочувствия вызовите врача, проинформируйте его о местах своего пребывания за последние 2 недели, возможных контактах. Строго следуйте рекомендациям врача.

2. Минимизируйте контакты со здоровыми людьми, особенно с пожилыми и лицами с хроническими заболеваниями. Ухаживать за больным лучше одному человеку.

3. Пользуйтесь при кашле или чихании одноразовой салфеткой или платком, прикрывая рот. При их отсутствии чихайте в локтевой сгиб.

4. Пользуйтесь индивидуальными предметами личной гигиены и одноразовой посудой.

5. Обеспечьте в помещении влажную уборку с помощью дезинфицирующих средств и частое проветривание.