



КОРОНАВИРУС У ЧЕЛОВЕКА

Коронавирусная инфекция - это патология, которая выражается в признаках поражения органов дыхательной системы и кишечника. Заболевание, провоцируемое этим микроорганизмом, может протекать в тяжелой форме и стать причиной летального исхода. Заражению вирусом особо подвержены дети и подростки, а также лица с пониженной иммунной защитой.

- **Коронавирус передается воздушно-капельным путем.** При слишком тесном контакте заражение происходит в 50% случаев. Несмотря на высокий уровень восприимчивости организма человека к этой инфекции, специалисты указывают на ее избирательность: отмечено, что некоторые лица даже при многочисленных контактах с носителем вируса остаются стойкими к нему, в то время как другие моментально «подхватывают» его.
- Также заражение может произойти при пользовании общими бытовыми предметами.
- **Инкубационный период заболевания**, провоцируемого коронавирусом инфекцией, зависит от формы и длится **от 3 до 14 дней**.

Симптомы коронавирусной инфекции

Если заболевание не осложнено, то оно длится около 5-7 дней и заканчивается полным выздоровлением. Симптомами в данном случае выступают:

- слабость без выраженного ухудшения общего состояния;
- увеличение шейных лимфоузлов (характерно для болеющих детей);
- боль при совершении глотательных движений;
- першение в горле;
- сухой кашель;
- белый налет на языке;
- заложенность носа;
- ринорея;
- отек слизистой оболочки носа.

В более тяжелых случаях, когда коронавирус вызывает развитие атипичной пневмонии, патологический процесс начинается остро. У заболевшего наблюдаются следующие проявления:

- боль в области головы и в мышцах;
- резкое повышение показателей температуры (до 38 градусов), затем их возвращение к норме;
- озноб;
- дыхательная недостаточность, одышка (эти симптомы появляются на 3-7 день после начала развития болезни);
- сильный кашель;
- заложенность носа;
- расстройства пищеварения (водянистая диарея, рвота);
- повышение артериального давления;
- учащение сердечных сокращений.

При появлении симптомов незамедлительно обращайтесь к врачу!

Рекомендации по профилактике распространения коронавируса

Коронавирусы – это семейство вирусов, которые способны вызывать целый ряд заболеваний у людей – от острой вирусной инфекции до тяжелого острого респираторного синдрома, «атипичной пневмонии», воспалительного процесса пищеварительного тракта.

СИМПТОМЫ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ:

- высокая температура;
- кашель/боль в горле;
- затруднённое дыхание;
- боль в мышцах;
- слабость.

Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп. Также он может быть похож на кишечную инфекцию, сопровождаемую диареей, тошнотой, рвотой.

Если у вас есть аналогичные симптомы, подумайте о следующем:

- вы посещали в последние две недели зоны повышенного риска (Китай, Италию, Испанию, Иран, Южная Корея, Франция, Германия, Швейцария, Великобритания, Норвегия, США)?
- вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели зоны повышенного риска?

Если ответ на эти вопросы положителен, к симптомам следует отнестись максимально внимательно!

КАК ПЕРЕДАЁТСЯ КОРОНАВИРУС?

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа, глаз.

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

- Часто мойте руки с мылом или обрабатывайте их спиртосодержащим средством.
- Чистите и дезинфицируйте поверхности (столы, дверные ручки, поручни, клавиатуру компьютера, экран телефона, пульты и др.), используя бытовые моющие средства, антисептики.
- Избегайте близкого контакта с больными людьми. Соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больных.
- Избегайте поездок и многолюдных мест.
- Прикрывайте рот и нос платком при кашле или чихании.
- Избегайте трогать не мытыми руками глаза, нос или рот.
- Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.
- Постоянно обеспечивайте увлажнение своего рта и горла, не давая им пересыхать: делайте несколько маленьких глотков воды каждые 15 минут.
- Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щёку.

ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ ДОМА?

Расскажите детям о профилактике коронавируса. Дети и подростки больше других рискуют заразиться, они часто близко взаимодействуют друг с другом и не являются эталоном в поддержании чистоты.

Объясните детям, как распространяются микробы и почему важна хорошая гигиена рук и лица.

Убедитесь, что у каждого в семье есть своё полотенце, напомните, что нельзя делиться зубными щётками и другими предметами личной гигиены.

Часто проветривайте помещение.