

# РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID-19 В ВУЗАХ



МИНОБРНАУКИ  
РОССИИ



РОСПОТРЕБНАДЗОР

# 8 800 2000 112

ЕДИНАЯ ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

Опасность коронавирусной инфекции в том, что она очень быстро распространяется воздушно-капельным и контактно-бытовым путем. Среди основных симптомов заболевания выделяют **повышенную температуру тела, озноб, слабость, сухой кашель, нарушения дыхания, боль в мышцах и дискомфортные ощущения в грудной клетке**. Профилактика болезни нужна для соблюдения мер по предотвращению инфицирования, а также направлена на укрепление иммунной системы человека.

**ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ЗАРАЖЕНИЯ, СТУДЕНТАМ СТОИТ ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ РЯДА РЕКОМЕНДАЦИЙ:**

## СТУДЕНТАМ



Носите маски в здании вуза и меняйте их каждые три часа\*



Не прикасайтесь к лицу руками



Обработывайте руки антисептиками не менее 20-30 секунд, мойте руки как можно чаще – в течение 40-60 секунд



Обработывайте свои личные вещи, в том числе телефон, ключи, клавиатуру, транспортные и банковские карты, антисептиком. Инфекция живет на различных поверхностях от нескольких часов до пары суток



Избегайте рукопожатий и иных тактильных контактов, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется



Не принимайте пищу в учебных помещениях и на рабочих местах



Избегайте мест большого скопления людей и по возможности откажитесь от массовых гуляний



Проветривайте свои комнаты в общежитиях и дома



Отправляйте одежду в стирку после посещения мест большого скопления людей, так как этот вид коронавирусной инфекции может оставаться на ней активным до шести часов, но быстро нейтрализуется при воздействии чистящих/моющих средств



Не выходите из дома, если у вас есть признаки инфекционных заболеваний (повышенная температура, кашель, насморк). При появлении кашля и насморка используйте одноразовые салфетки для прикрытия ротовой и носовой полости.



**В СЛУЧАЕ ПОЯВЛЕНИЯ ПРИЗНАКОВ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ ОБРАТИТЕСЬ ЗА ПОМОЩЬЮ В МЕДИЦИНСКОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ. ОБЯЗАТЕЛЬНО РАССКАЖИТЕ ВРАЧУ, ГДЕ ВЫ БЫЛИ, С КЕМ КОНТАКТИРОВАЛИ И ПОСЛЕ ЧЕГО У ВАС ПОЯВИЛИСЬ СИМПТОМЫ**

\*В зависимости от типа масок.

Маска должна плотно прилегать к носу, лицу и подбородку, не оставляя зазора. Нельзя использовать одноразовую маску несколько раз.