

## **Рекомендации на майские праздники!**

В текущем году период майских праздников совпадает с продолжающимся режимом ряда ограничений в связи с распространением новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

Роспотребнадзор подготовил для нас рекомендации по профилактике новой коронавирусной инфекции (COVID-19):

1. Гражданам необходимо продолжить соблюдение режима самоизоляции и воздержаться от встреч с близкими и знакомыми людьми, поездок в другой регион страны, от посещений мест массового скопления людей. Не подвергать опасности родных и знакомых из групп риска (лица в возрасте старше 60 лет, лица с хроническими соматическими заболеваниями), для общения и поздравления с праздниками целесообразно использовать современные дистанционные средства связи.
2. При выходе из дома пользоваться масками для защиты органов дыхания и перчатками, в домах продолжать проведение уборок с применением дезинфицирующих средств. В магазинах обязательно использовать маски и перчатки, соблюдать дистанцию (1,5), отдавать предпочтение доставкам продуктов на дом.
3. По возможности следует воздержаться от любых поездок.
4. Если поездку отложить не удастся, необходимо придерживаться следующих правил: не расширять круг общения, находиться с теми, с кем контактировали (находились в одной квартире на самоизоляции); гражданам пожилого возраста (старше 60 лет) и лицам, имеющим хронические заболевания лучше остаться дома; уточнить адреса и телефоны медицинских организаций в месте планируемого пребывания, запастись масками, перчатками, дезинфектантами и кожными антисептиками; в пути следования отдать предпочтение личному транспорту или такси (чтобы минимизировать контакты с посторонними); при пользовании общественным транспортом обязательно использовать маску для защиты органов дыхания, соблюдать социальную дистанцию (1,5 м), после касания общедоступных поверхностей (двери, поручни) обработать руки кожным антисептиком, не дотрагиваться необеззараженными руками до лица, не принимать пищу в общественном транспорте; по прибытию на место (дача) провести генеральную уборку помещений с дезинфектантами, избегать контактов/общения с соседями по дачному участку и компаниями на отдыхе на природе, соблюдать социальное дистанцирование (1,5 м); после поездки в общественном транспорте тщательно мыть руки с мылом; перед приготовлением и приемом пищи вымыть руки под проточной или бутилированной водой, обработать руки кожным антисептиком, овощи и фрукты мыть проточной, бутилированной или кипяченой водой;
5. При появлении симптомов инфекционного заболевания (повышение температуры тела, респираторные признаки, одышка или явления расстройства кишечника) необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью.
6. Помнить о том, что находясь в природных станциях, необходимо принимать меры профилактики по снижению рисков нападения клещей: не ходить по нескошенной траве, одевать закрытую одежду и обувь с высоким голенищем, использовать репелленты, регулярно проводить само - и взаимоосмотры.