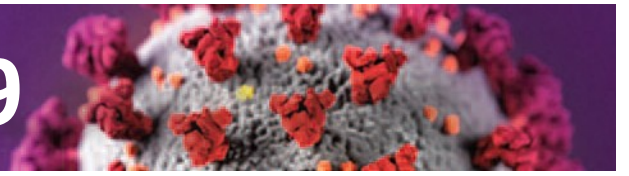


Понятно о COVID-19



Что такое COVID-19 или новый коронавирус?

Это новый вирус, из-за которого болеют люди по всему миру, в том числе и в штате Нью-Йорк.

Как заражаются коронавирусом?

Коронавирус передается от больных людей при кашле или чихании. Вирус попадает в воздух, на вас, на различные предметы. В организм вирус попадает через рот, нос или глаза.



Не касайтесь лица, глаз, носа и губ



Как уберечься от коронавируса?

Что делать:

- Часто мыть руки под водой с мылом в течение не менее 20 секунд, особенно перед и после приема пищи, после посещения туалета, после кашля или чихания, а также после прикосновения к поверхностям.



- Не касаться глаз, носа или губ немтыми руками.
- Не приближаться к людям, которые заболели.
- Прикрывать рот при кашле. Чихать в тканевую салфетку, которую затем необходимо выбросить в закрывающийся контейнер.

- Регулярно мыть поверхности и предметы в вашем доме.

Оставайтесь дома! Если вам необходимо выйти из дома:

- Выходя из дома и перед посещением общественных/людных мест, прикройте нос и рот тканью или маской.
- Избегайте тесных контактов с людьми. Держите дистанцию от окружающих, составляющую не менее 6 футов.
- Избегайте игр и деятельности, которые предполагают тесный контакт.
- Не прикасайтесь к поверхностям, к которым часто дотрагиваются. В частности, не прикасайтесь к прилавкам магазинов и к поверхностям игровых модулей в парках (к горкам или качелям).
- После возвращения домой вымойте руки под водой с мылом в течение не менее 20 секунд.

Как узнать, не заболел(а) ли я коронавирусной инфекцией?

Симптомы, вызываемые коронавирусом:

- Кашель
- Повышение температуры
- Затрудненное дыхание



Симптомы могут проявляться как на второй, так и на четырнадцатый день после заражения. Однако, только наличие этих симптомов не означает, что у вас коронавирус. Это может быть простуда или грипп.

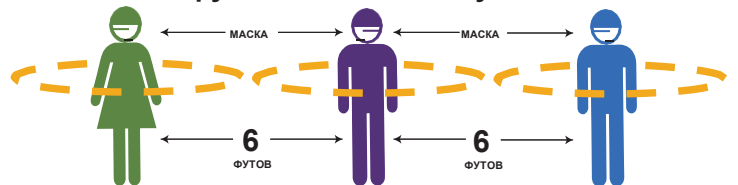
Если вы заболели:

- Позвоните врачу. НЕ ходите в больницу или в пункт неотложной помощи.
- Не приближаться к окружающим. По возможности оставайтесь в одном помещении и пользуйтесь отдельным туалетом.
- Мойте руки под водой с мылом.
- Избегайте совместного пользования предметами/принадлежностями.

Если в последние 14 дней вы контактировали с заболевшим человеком:

- Оставайтесь дома.
- Проводите время у себя во дворе или в иных прилегающих закрытых местах вне дома – не ходите в общественные или посещаемые места.

Держите дистанцию от окружающих, составляющую не менее 6 футов – носите маску



Если заболит человек, с которым вы проживаете:

- Держите от заболевшего дистанцию не менее 6 футов.
- Не прикасайтесь к поверхностям или еде, к которым прикасается заболевший человек.
- Тщательно мойте руки.

Как общаться с друзьями?

Текстовыми и другими сообщениями или в видеочате.



Office for People With
Developmental Disabilities

ОСТАВАЙТЕСЬ В БЕЗОПАСНОСТИ. **ОСТАНОВИТЕ** ИНФЕКЦИЮ.
СПАСАЙТЕ ЖИЗНИ.