

Коронавирус (COVID-19) СОВЕТЫ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

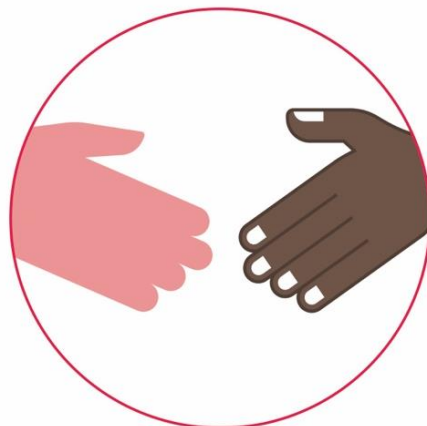
КАК ОН ПЕРЕДАЕТСЯ



Воздушно-капельным путем при чихании и кашле



При прикосновении к поверхностям, куда попали капли от чихания и кашля, а затем при прикосновении к глазам, носу и рту



Через рукопожатие с человеком, у которого есть вирус, и прикосновение к глазам, носу и рту.

ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ И ДРУГИХ



Регулярно мойте руки с мылом и водой не менее 20 секунд.



Не трогайте глаза, нос и рот



Кашляйте и чихайте в салфетку



**Если нет салфетки, кашляйте или чихайте
в локоть**



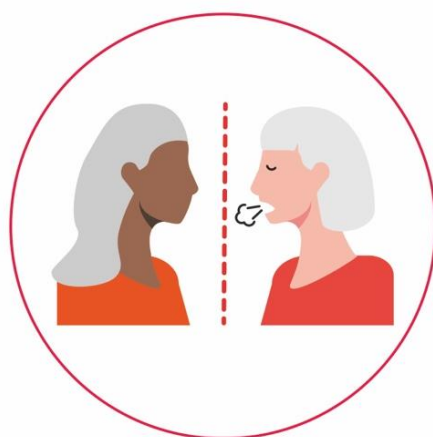
Выбросьте салфетку



Оставайтесь дома как можно дольше



Избегайте скоплений людей



**Избегайте контакта с людьми,
которые чихают или кашляют**



**Если у вас есть другие проблемы со
здоровьем, убедитесь, что у вас
есть запас лекарств**



Оставайтесь дома. Попросите друзей, родственников или опекунов не посещать вас



Попросите друзей, родственников или опекунов приносить вам продукты и лекарства и оставлять у двери



Если вы плохо себя чувствуете, обратитесь за медицинской помощью