

О новой коронавирусной инфекции

■ Что представляет собой новая коронавирусная инфекция?

Это инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое новым коронавирусом (COVID-19). Вспышки заболевания были выявлены в декабре 2019 года в Китае, в провинции Хубэй. Симптомами являются кашель, температура, сообщается о случаях развития пневмонии. Инфекция распространяется воздушно-капельным путём и при контакте с респираторными выделениями инфицированного.

- При наличии кашля, температуры и других симптомов, предварительно обратитесь в хокэндзё (отдел здравоохранения). (37.5°C~, 4days~)
- Следуйте указаниям хокэндзё (отдела здравоохранения), наденьте маску и пройдите обследование в медицинском учреждении.

■ Важно каждому человеку проводить меры профилактики и не допускать распространения инфекции

Индивидуальные меры профилактики

- Мыть руки и полоскать горло после возвращения с улицы.
- Использовать дезинфицирующее средство для рук на спиртовой основе.
- Не посещать места массового скопления людей.
- Следить за соответствующей влажностью и проветривать помещения.
- Вести правильный распорядок дня и достаточно отдыхать.
- Следить за сбалансированным питанием и потреблением жидкости.



«Этикет кашля», как мера предотвращения распространения инфекции

- Надевайте маску при наличии таких симптомов как кашель и чихание.
- При отсутствии маски, при кашле и чихании прикрывайте рот и нос салфетками сгибом локтя.



Информация о новой коронавирусной инфекции на иностранных языках (несложный японский и английский)

<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>



Давайте мыть руки!

Намылив руки до появления пены давайте их вымоем в соответствии со следующим порядком.

Подготовка перед мытьем

- ◆ Коротко ли пострижены ногти?
- ◆ Сняты ли часы и кольца?

Check!



Места, наиболее подверженные загрязнению

- ◆ Кончики пальцев
- ◆ Между пальцами
- ◆ Вокруг больших пальцев
- ◆ Запястья
- ◆ Морщины на руках

(1) Хорошо намылив до пены руки, тщательно потереть ладони



(2) Потереть руки, вытягивая тыльные стороны ладоней



(3) Потереть промежутки между кончиками пальцев и ногтями



(4) Промыть места между пальцами



(5) Помыть большие пальцы рук, сжимая ладони



(6) Не забыть вымыть запястья



Смыть мыло и просушить руки, вытерев чистым полотенцем.