

**Зачем это нужно?** Прикрывание рта и носа при кашле и чихании позволяет предотвратить распространение вирусов и других болезнетворных микроорганизмов. Если при кашле или чихании прикрывать нос и рот рукой, микробы могут попасть на ваши руки, а затем на предметы или людей, к которым вы прикасаетесь.

### **5. Обратите внимание на пожилых людей (родителей, близких родственников, знакомых). Посоветуйте им:**

по возможности оставаться дома, исключить посещение мест с массовым скоплением людей, общественного транспорта и др.;

осуществлять заказ продуктов и товаров на дом через службу доставки магазинов или через родственников, знакомых;

укреплять иммунитет путем приема витаминных препаратов и других неспецифических средств профилактики;

соблюдать режим влажных уборок помещений и режим проветривания;

немедленно обратиться за медицинской помощью путем вызова на дом врача или скорой медицинской помощи (исключить посещение организаций здравоохранения) при возникновении симптомов какого-либо заболевания, в том числе острой респираторной инфекции.

Максимально исключите посещение пожилых людей, особенно при наличии у Вас симптомов острой респираторной инфекции;

### **6. Обратите внимание на детей:**

по возможности оставайтесь дома, исключите посещение мест с массовым скоплением людей, общественного транспорта и др.;

осуществляйте заказ продуктов и товаров на дом через службу доставки магазинов, особенно если у Вас дома есть маленькие дети дошкольного возраста;

укрепляйте иммунитет детей путем приема витаминных препаратов и других неспецифических средств профилактики;

научите детей соблюдать правила личной гигиены, особенно гигиены рук;

соблюдайте режим влажных уборок помещений и режим проветривания;

проводите тщательное мытье с моющими средствами игрушек, максимально исключите использование мягких игрушек;

ограничьте посещение родственниками, знакомыми и другими людьми, не оставляйте детей у пожилых людей (бабушки, дедушки);