



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Министерство
здравоохранения
Калининградской
области



ГБУЗ «Центр общественного
здоровья и медицинской
профилактики
Калининградской области»



ВАМ БОЛЬШЕ 60 ЛЕТ?

Обратите внимание на рекомендации по профилактике коронавирусной инфекции нового типа.

ВАМ НУЖНА ОСОБАЯ ЗАЩИТА!



ПОБУДЬТЕ ДОМА

Избегайте поездок в общественном транспорте и походов в магазины и аптеку. Не посещайте поликлинику, при признаках недомогания вызовите врача.



НЕ СТЕСНЯЙТЕСЬ ПРОСИТЬ О ПОМОЩИ

Попросите членов семьи, социальной службы, волонтеров помочь с доставкой еды, лекарств и оплатой коммунальных услуг.



ДЕРЖИТЕ ДИСТАНЦИЮ

Коронавирус передается через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Вирус также может остаться на коже рук. Оптимальная дистанция при общении с другими людьми - более 1 метра. Исключите общение с родственниками, вернувшимися из-за рубежа. При любых признаках болезни у них настаивайте, чтобы близкие обратились к врачу.



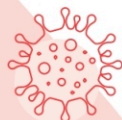
МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Мытье рук является эффективным способом защиты от коронавируса. Процесс должен занимать 40-60 секунд. Мойте руки после улицы, перед едой и приготовлением пищи.



СОБЛЮДАЙТЕ ГИГИЕНУ

Не забывайте о регулярной дезинфекции поверхностей. Постарайтесь не трогать нос, губы и глаза – так вирус может попасть в организм. При насморке и чихании пользуйтесь одноразовыми салфетками и сразу утилизируйте их.



ОСТОРОЖНО! КОРОНАВИРУС

Основные симптомы заболевания:



Чувство усталости,
разбитости, ломоты



Затруднённое
дыхание, одышка



Головная
боль



Высокая
температура



Сухой кашель,
боль в горле

В некоторых случаях могут возникнуть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея



**ВАКЦИНАЦИЯ ПРОТИВ COVID-19 –
безопасная и надёжная защита от болезни!**

КАК ЗАПИСАТЬСЯ НА ВАКЦИНАЦИЮ ПРОТИВ COVID-19 (60+)

1

Через портал
государственных
услуг Российской
Федерации

2

Через единый call –
центр медицинских
организаций



122 или
8-122

3

Через регистратуру медицинского учреждения,
где проводится вакцинация (достаточно
сообщить о своем желании вакцинироваться,
оставить номер телефона и ФИО,
вам перезвонят)



**ГОС
услуги**