

Осторожно вирус!

По всему миру бушует коронавирус, но не стоит забывать, что бушевал он уже и раньше. Коронавирус человека впервые был выделен в 1965 году от больных ОРВИ. В последующее время коронавирусы почти не привлекали внимание исследователей, пока в Китае в 2002—2003 годах не была зафиксирована вспышка атипичной пневмонии или тяжёлого острого респираторного синдрома. Вскоре она распространилась на другие страны. Всего заболело 8273 человека, 775 умерло. Картина повторилась и сейчас. Не стоит забывать, что эти вирусы (коронавирусы - ИФ) есть всегда, даже в обычной структуре ОРВИ. Что же касается гриппа -это заболевание тоже вызывается вирусом. Опасны осложнения вируса, которые развиваются при слабости иммунной системы, при отсутствии лечения или неадекватном лечении, при нарушении режима -это БРОНХИТ, ПНЕВМОНИЯ, МЕНИНГИТ и ЭНЦЕФАЛИТ, СУДОРОЖНЫЕ ПРИПАДКИ, ПСИХОЗЫ С ГАЛЛЮЦИНАЦИЯМИ. Что бы защитится от вируса во время эпидемии нужно соблюдать соответствующие меры:

- Ограничить посещение общественных мест, но если вам уж очень хочется куда-то выйти, то надевайте маску (менять ее надо каждые 2 часа).
- Тщательно мойте руки вернувшись домой, перед едой, после туалета (если нет возможности вымыть руки, используйте антисептический гель).
- Не трогай глаза, нос, рот грязными руками
- Занимайтесь физкультурой и высыпаться
- в комнате проветривание проводить 4 раза в день
- избегайте контакт с больными

Кашель? Насморк? Температура?

- Оставайтесь дома (постельный режим)!
- вызвать врача!
- не заниматься самолечением!
- употребляйте большое количество жидкости!

А мы желаем вам всем здоровья! Ваше здоровье в ваших руках!