

# КОВИД

## ВСЁ ЕЩЁ ВОКРУГ НАС

И ОН СНОВА НАБИРАЕТ ОБОРОТЫ



Несмотря на отмену большей части ограничений и отсутствие резкого роста заболеваемости коронавирусом, риски распространения сохраняются

В связи с этим **РЕКОМЕНДУЕМ** не забывать о простых мерах предосторожности. Эти же меры помогут снизить риски заражения другими респираторными заболеваниями, в том числе гриппом

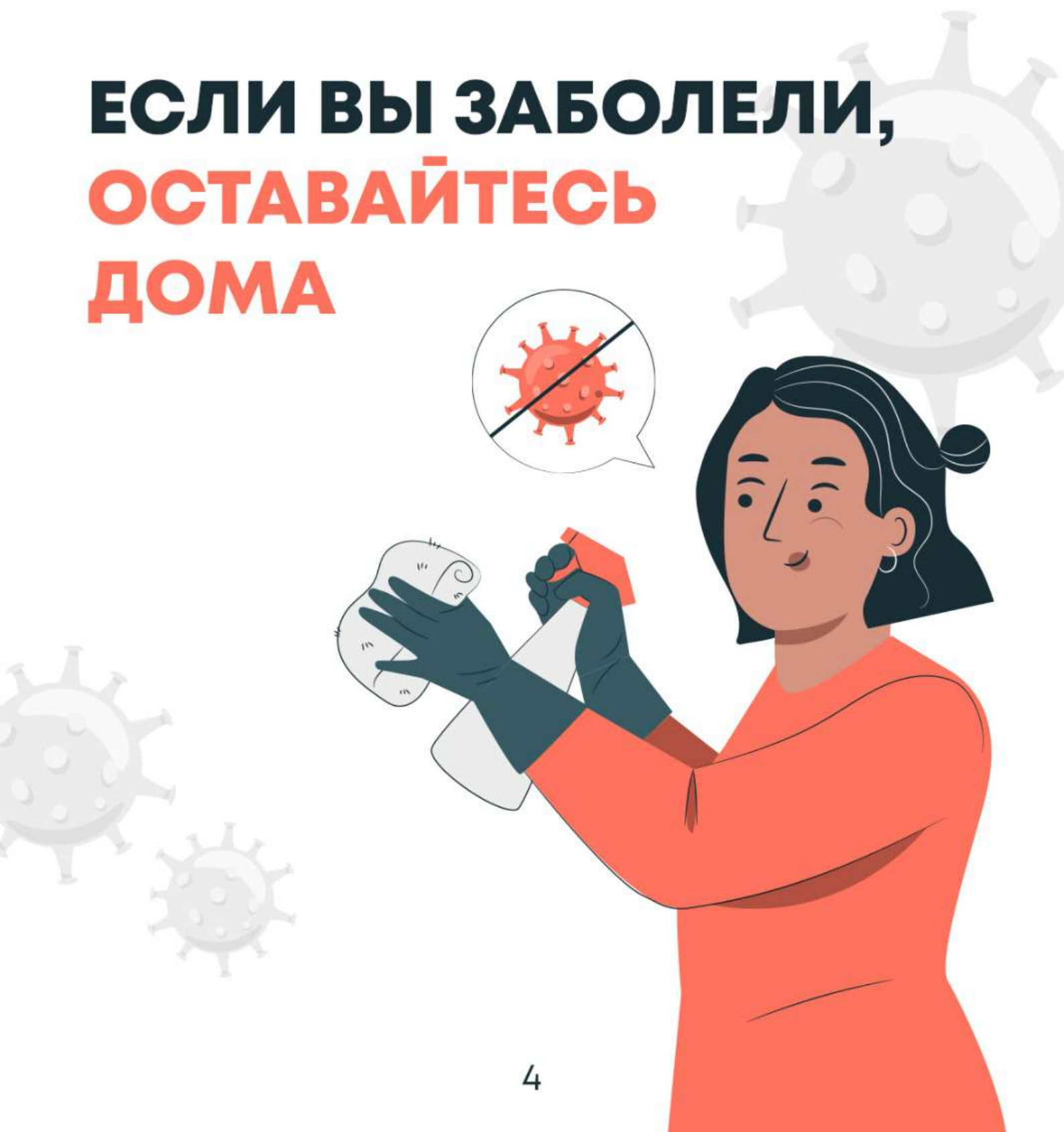


**ПРИ ПЛОХОМ САМОЧУВСТВИИ** избегайте  
**контакта с окружающими**

даже если у вас отрицательный  
результат ПЦР-теста. Дождитесь,  
когда насморк, боль в горле, боль  
в голове и конечностях, кашель,  
повышенная температура или лихорадка,  
одышка, общая слабость пройдут  
окончательно



# ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА





**НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ.  
Вызовите врача!**

Если вы почувствовали, что заболеваете и симптомы болезни нарастают, немедленно обратитесь за медицинской помощью, вызовите врача на дом и следуйте его рекомендациям





## **ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ** от тяжелого течения заболевания с помощью вакцинации

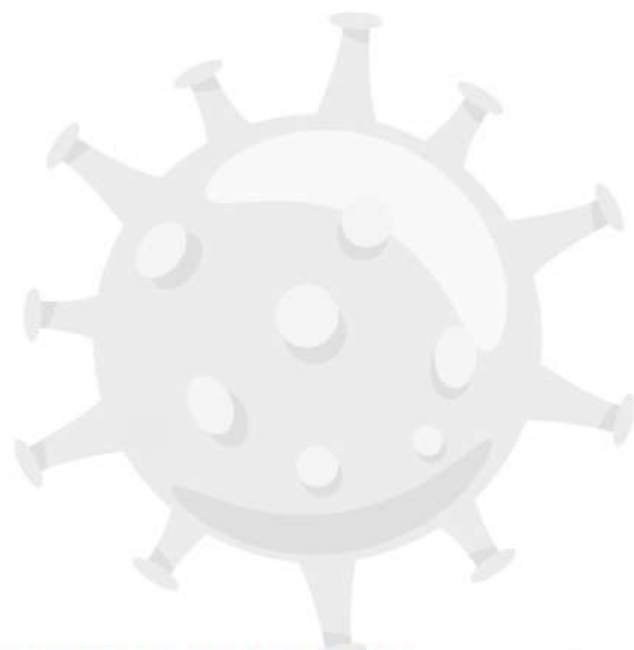
Помните, что рекомендуется  
прививаться от COVID-19 каждые  
полгода, для того чтобы поддерживать  
необходимый уровень иммунитета  
для борьбы с заболеванием



# МОЙТЕ РУКИ

Это простая и известная всем с раннего детства процедура – важный элемент профилактики коронавируса и действительно помогает сохранить здоровье





**НОСИТЕ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ  
в местах скопления людей**



Это особенно важно для уязвимых категорий населения, в число которых входят люди с хроническими заболеваниями

