

COVID-19



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

www.minzdrav.tatarstan.ru



Дальнейшее распространение коронавирусной инфекции COVID-19 и перспективы всей страны в целом во многом сейчас зависят от каждого из нас. Ничего сложного – просто соблюдайте режим самоизоляции, введенный в Республике Татарстан, как и в большинстве иных регионов России. Ответственное поведение поможет не только сохранить здоровье Вам, Вашим родным и близким, а также людям, проживающим по соседству, но и, в итоге, остановить вирус.



Выходите из дома только по самым неотложным делам – в ближайший магазин или аптеку, для выноса мусора или выгула домашних животных (желательно – на расстоянии не более 100 м от дома).



Постарайтесь максимально ограничить личные контакты, по возможности пользуйтесь услугами служб доставки товаров.



Общайтесь с родственниками, друзьями и близкими по телефону или с помощью других средств связи (например, если возможно, – аудио- и видеосвязь по Интернету).



При необходимости передвигаться по городу, при наличии соответствующих возможностей, используйте личный автомобиль или такси с соблюдением ограничительных мер, установленных в республике.



При ухудшении самочувствия (особенно, при повышении температуры, появлении кашля, затрудненного дыхания) не занимайтесь самолечением, вызовите врача на дом.

Оставайтесь дома!