

## О новой коронавирусной (COVID-19) инфекции

### ■ Что представляет собой новая коронавирусная инфекция?

Это инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое новым коронавирусом (COVID-19). Вспышки заболевания были выявлены в декабре 2019 года в Китае, в провинции Хубэй. Симптомами являются кашель, температура, сообщается о случаях развития пневмонии. Инфекция распространяется воздушно-капельным путём и при контакте с респираторными выделениями инфицированного.

### ■ Лица, имеющие следующие симптомы, должны обратиться в «Кикокуся, сэссёкуся содан сэнта» (Центр консультаций лиц, вернувшихся в Японию, либо находившихся в контакте с инфицированными):

- Симптомы простуды и температура выше 37.5°C держится более 4 дней (пожилые лица и лица, имеющие хронические заболевания – более 2 дней)
- Сильная слабость и затруднение дыхания

По результатам консультации в центре, при подозрении на новую коронавирусную инфекцию, будет рекомендовано посетить специализированное медицинское учреждение. Наденьте маску и не пользуйтесь общественным транспортом, пройдите обследование.

#### Перечень «Кикокуся, сэссёкуся содан сэнта»

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryou/covid19-kikokusyasessyokusya.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/covid19-kikokusyasessyokusya.html)



### ■ Важно каждому человеку проводить меры профилактики и не допускать распространения инфекции

**При температуре и появлении других простудных симптомов, не ходите на работу, в школу.**

#### Индивидуальные меры профилактики

- Мыть руки и полоскать горло после возвращения с улицы.
- Использовать дезинфицирующее средство для рук на спиртовой основе.
- Не посещать места массового скопления людей.
- Следить за соответствующей влажностью и проветривать помещения.
- Вести правильный распорядок дня и достаточно отдыхать.
- Следить за сбалансированным питанием и потреблением жидкости.



#### «Этикет кашля», как мера предотвращения распространения инфекции

- Надевайте маску при наличии таких симптомов как кашель и чихание.
- При отсутствии маски, при кашле и чихании прикрывайте рот и нос салфетками либо сгибом локтя.

#### Информация о новой коронавирусной инфекции на иностранных языках (несложный японский и английский)

<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>



### Проводятся телефонные консультации по новой коронавирусной инфекции

Номера телефонов

Время консультаций

День недели

( : ) ~ ( : )

Поддерживаемые языки

Английский язык, Испанский язык, Португальский язык, Китайский язык, Корейский язык, Филиппинский язык (тагалогский язык), Вьетнамский язык, Индонезийский язык, Тайский язык, Немецкий язык, Французский язык, Русский язык, Непальский язык, Бирманский язык.

Обращаться

# Давайте мыть руки!

Намылив руки до появления пены давайте их вымоем в соответствии со следующим порядком.

## Подготовка перед мытьем

- ◆ Коротко ли пострижены ногти?
- ◆ Сняты ли часы и кольца?

Check !



## Места, наиболее подверженные загрязнению

- ◆ Кончики пальцев
- ◆ Между пальцами
- ◆ Вокруг больших пальцев
- ◆ Запястья
- ◆ Морщины на руках

(1) Хорошо намылив до пены руки, тщательно потереть ладони



(2) Потереть руки, вытягивая тыльные стороны ладоней



(3) Потереть промежутки между кончиками пальцев и ногтями



(4) Промыть места между пальцами



(5) Помыть большие пальцы рук, сжимая ладони



(6) Не забыть вымыть запястья



Смыть мыло и просушить руки, вытерев чистым полотенцем.