



ПОМОГИТЕ СДЕРЖАТЬ РАСПРОСТРАНЕНИЕ COVID-19

ПРИМИТЕ МЕРЫ К СДЕРЖИВАНИЮ РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСНОЙ БОЛЕЗНИ (COVID-19)



следуйте рекомендациям
своего местного органа
здравоохранения



часто мойте руки мылом
и водой в течение не
менее 20 секунд



в отсутствие воды и мыла
пользуйтесь санитайзером
(антисептиком) для рук на
спиртовой основе



старайтесь
не касаться
руками глаз,
носа или рта



избегайте
близкого
контакта с
больными



кашляйте
и чихайте в
рукав, а не в
ладони



по возможности не
выходите из дому, а
если необходимо выйти,
соблюдайте физическое
дистанцирование
(приблизительно 2 м)

СИМПТОМЫ

Симптомы COVID-19 могут
быть очень лёгкими или
более тяжёлыми, и они могут
появиться и через 14 дней
после контакта с вирусом.



ЖАР
(38°C или выше)



КАШЕЛЬ



ЗАТРУДНЁННОЕ ДЫХАНИЕ

ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ СИМПТОМЫ



изолируйтесь
дома во
избежание
передачи
болезни другим
людям



не посещайте
пожилых или
нездоровых людей.
У них существует
повышенный риск
развития тяжёлого
заболевания



перед тем, как
пойти к врачу,
позвоните ему
заблаговременно
или позвоните
в свой
местный орган
здравоохранения



если ваши симптомы
ухудшатся,
немедленно
свяжитесь со своим
врачом или органом
здравоохранения
и следуйте их
инструкциям.

ИНФОРМАЦИЯ О COVID-19:

☎ 1-833-784-4397

@ canada.ca/coronavirus