

## Новый коронавирус



РУССКИЙ  
RUSSISCH

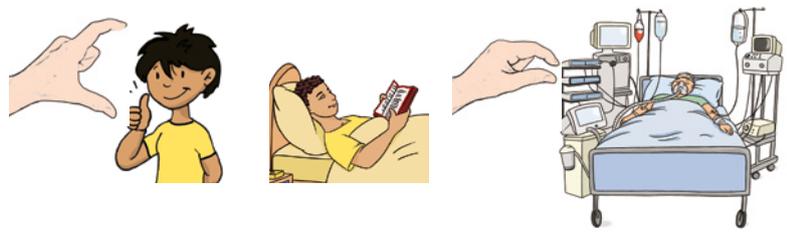
Коронавирус SARS-CoV-2 вызывает  
коронавирусную инфекцию COVID-19.

**Симптомы.** В основном симптомы проявляются  
в течение 14 дней после инфицирования. Часто  
наблюдается лихорадка и сухой кашель, но также  
диарея, головная боль и боль в суставах, потеря  
вкуса или подавленность.

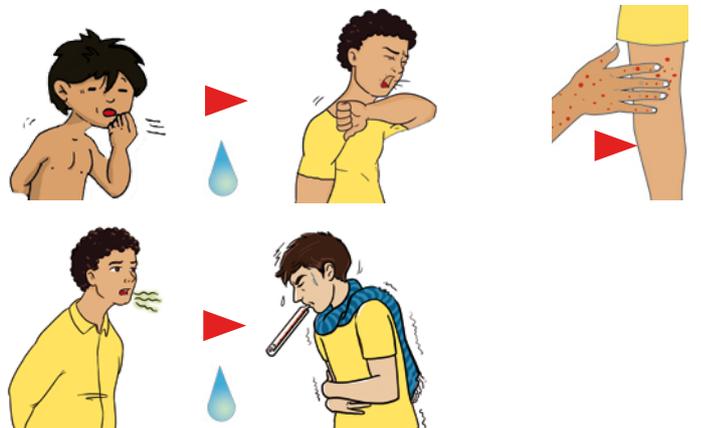


**Осложнения.** Многие заболевшие переносят  
болезнь в легкой форме, но у некоторых  
заболевание протекает в тяжелой форме и с  
угрозой для жизни.

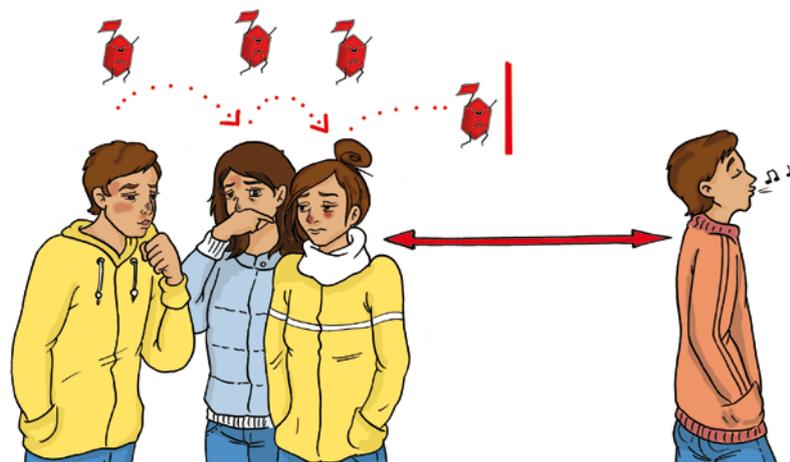
Особо подвержены риску пожилые люди, люди  
с серьезными сопутствующими заболеваниями и  
ослабленным иммунитетом.



**Передача инфекции** Вирус легко передается.  
Передача от человека человеку происходит в  
основном воздушно-капельным путем, иногда  
через поверхности (инфекционная цепочка). Это  
означает, что вирус часто передается при кашле,  
чихании, близком общении и через иной контакт,  
например, через руки, но также через предметы.



**Цель.** Меры призваны прервать эту инфекционную  
цепочку и замедлить распространение вируса.



## Профилактические меры.

Настоятельно рекомендуется соблюдать следующие меры:

резко сократить контакты с другими людьми,

оставаться дома,

хорошо проветривать помещения,

отказаться от рукопожатий,

кашлять и чихать в сгиб локтя и отвернувшись,

регулярно и тщательно мыть руки (см. приложение),

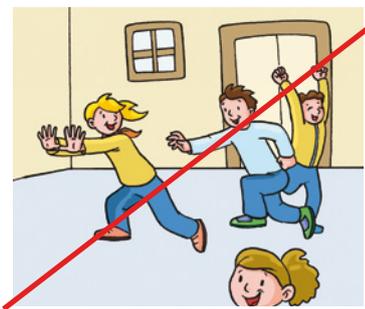
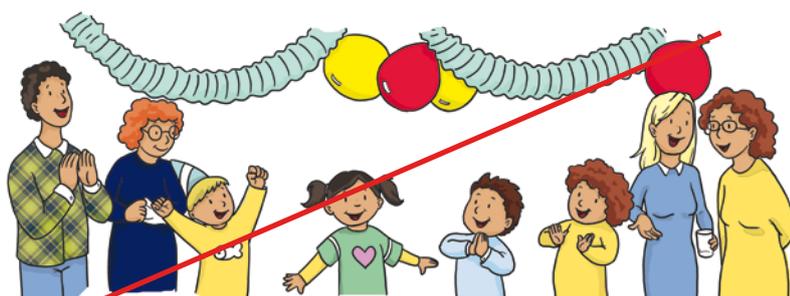
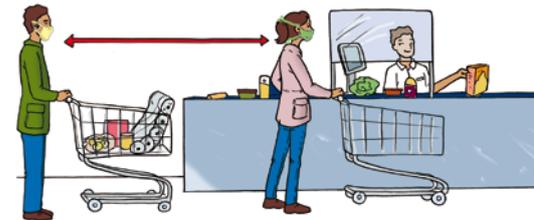
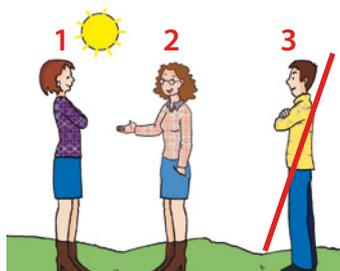
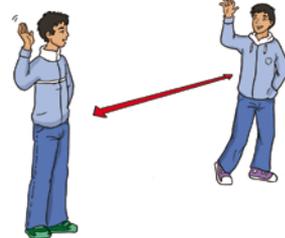
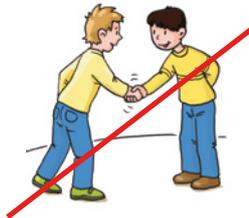
соблюдать дистанцию 1,5–2 метра от других людей, например, на кассе в магазине,

Запрет собраний в количестве более 2 человек

Временные ограничения на передвижения

для социальных контактов, по-возможности, использовать телефон, Skype и другие средства связи,

избегать личных встреч и занятий, например, занятий в спортивном клубе, местных встреч, частных масштабных торжеств,

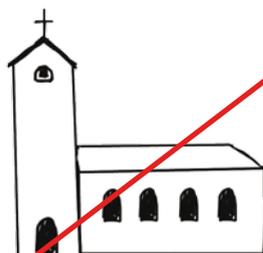


## Профилактические меры.

Защитить пожилых людей, отказавшись от отправки внуков к бабушкам и дедушкам. Избегайте контакта с пожилыми людьми



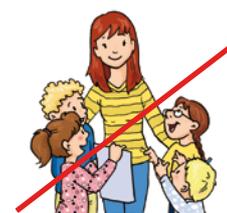
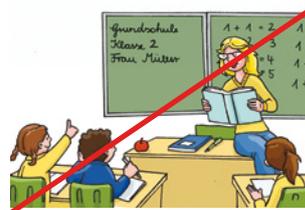
Большинство мероприятий отменено, например кинопоказы, концерты, спортивные мероприятия, представления в театрах, музейные выставки, богослужения.



Многие работодатели по возможности перевели сотрудников на удаленную работу из дома.



Многие университеты, школы и детские сады закрыты.



Многие больницы разрешают посещения только в исключительных случаях.



Избегайте необязательных поездок.

Подумайте, стоит ли пользоваться общественным транспортом.



## Заражение и карантин

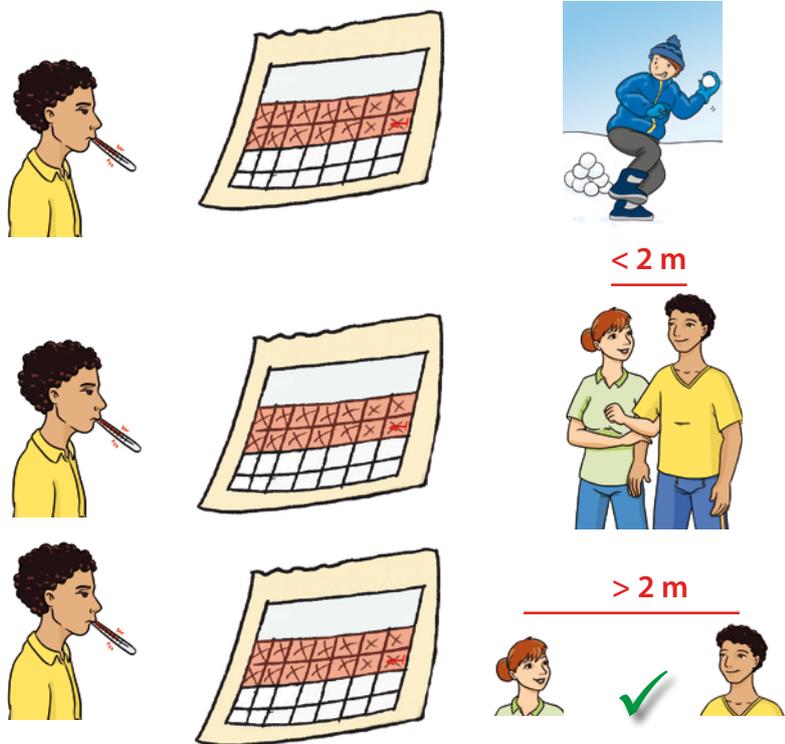
Вы подозреваете, что заразились коронавирусом.

У Вас есть соответствующие симптомы.

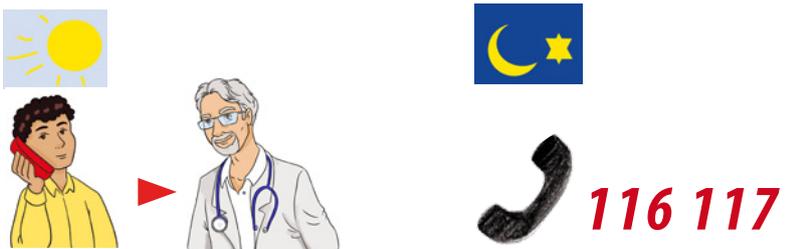
В течение последних 14 дней Вы были в одном из указанных неблагополучных по коронавирусу регионов.

В течение последних 14 дней у Вас был тесный контакт с инфицированным (на расстоянии менее 2 метров, дольше 15 минут, лицом к лицу).

(В течение последних 14 дней у Вас был дистанционный контакт с инфицированным (на расстоянии более 2 метров, менее 15 минут).)



Сначала обязательно позвоните своему домашнему врачу или по телефону 116 117 вечером или в выходные. В экстренном случае звоните 112.



Не пытайтесь сразу идти на прием к врачу или в больницу.

Следуйте указаниям домашнего врача и департамента здравоохранения.



## Действия

См. «Профилактические меры»

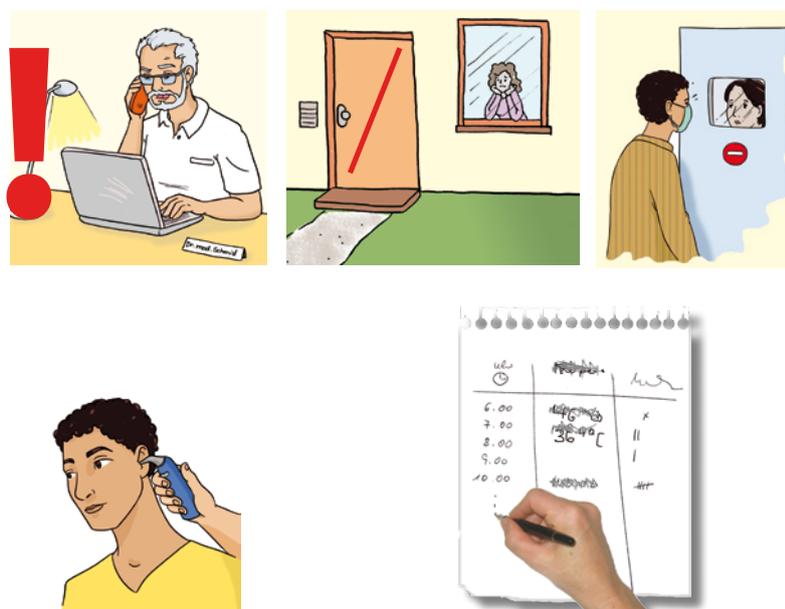
С Вами свяжутся представители департамента здравоохранения.

Они скажут, необходимо ли вам отправиться в карантин.

ОБЯЗАТЕЛЬНО соблюдайте назначенный карантин.

Ежедневно измеряйте температуру тела.

Заполняйте дневник департамента здравоохранения.

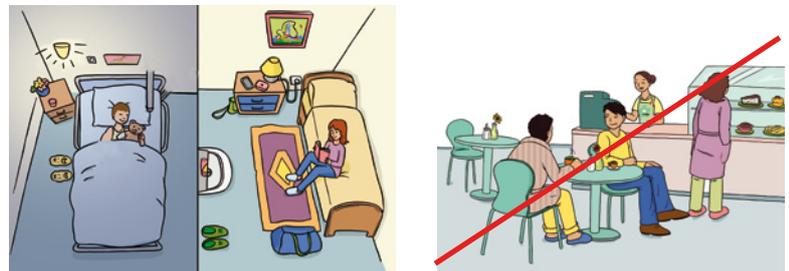


## Заражение и карантин

НЕ покидайте дом.



В общежитиях здоровые и заразившиеся люди должны находиться в разных помещениях, например, в отдельных (спальных) комнатах.

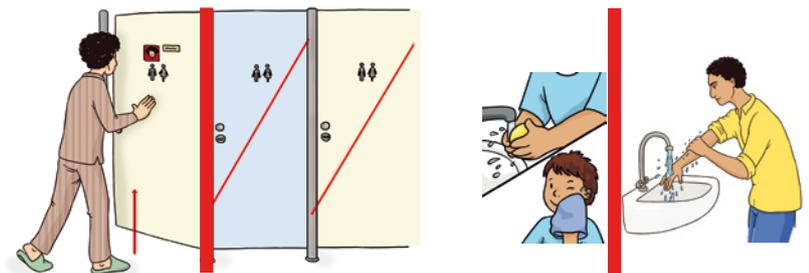


Пользуйтесь общими помещениями, например, кухней, в разное время.



Пользуйтесь отдельными туалетами.

Пользуйтесь отдельными душевыми кабинами.



Ситуация и рекомендации могут быстро измениться.

Регулярно следите за изменениями.



Текущая информация размещается здесь:  
[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Kontaktreduzierung.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Kontaktreduzierung.html)  
<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus-sars-cov-2.html>

Dieses Informationsblatt wurde gefördert von Lingua World GmbH, Übersetzungen.

© Bild und Sprache e.V.  
[www.medi-bild.de](http://www.medi-bild.de)  
[info@medi-bild.de](mailto:info@medi-bild.de)

**BUS**  
Bild und Sprache e.V.

# tip doc

мыть руки  
дезинфекция рук

как?



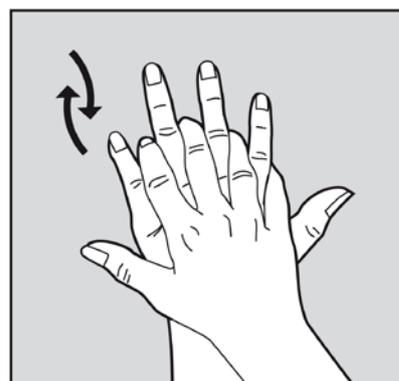
## мыть руки



**1.**  
намочить руки



**2.**  
тщательно намылить руки



**3.**  
тщательно намылить руки



**4.**  
тщательно намылить руки



**5.**  
тщательно смыть руки



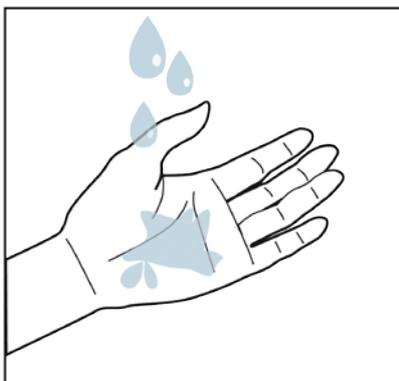
**6.**  
высушить руки

## дезинфекция рук

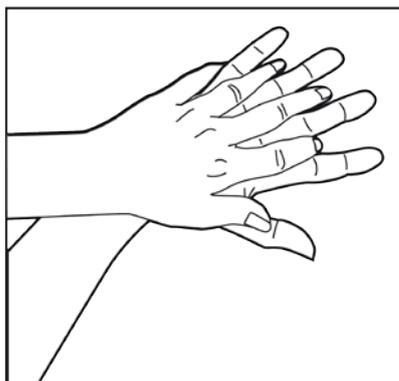


**7.**  
Вымытые руки смажьте кремом.

Если Вы регулярно и тщательно моете руки, дезинфицировать их в домашних условиях, как правило, не требуется.



**8.**  
взять достаточное количество дезинфицирующего средства



**9.**  
натереть тщательно кисти, а также промежутки между пальцами