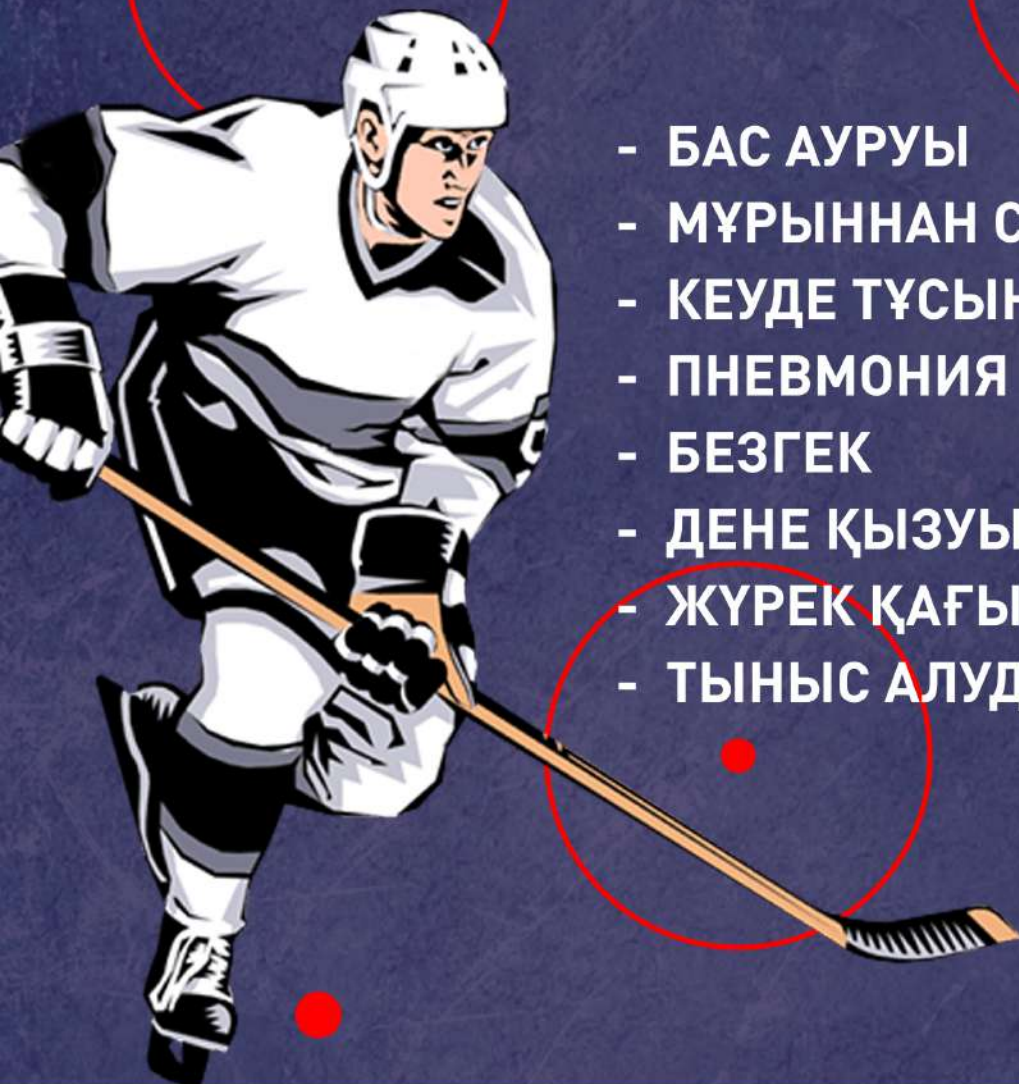


# КОРОНАВИРУС (COVID-19)

## СИМПТОМАРЫ:



- БАС АУРУУ
- МҰРЫННАН СУ АҒУ
- КЕУДЕ ТҰСЫНЫҢ АУЫРСЫНУУ
- ПНЕВМОНИЯ
- БЕЗГЕК
- ДЕНЕ ҚЫЗУЫНЫҢ КӨТЕРІЛУ
- ЖҮРЕК ҚАҒЫСЫНЫҢ ЖИІЛЕУ
- ТЫНЫС АЛУДЫҢ БҰЗЫЛУУ

## ҚАУІПСІЗДІК ШАРАЛАРЫ:



көпшілік жиналған жерге бармауға тырысыңыз



тұмау және жөтел кезінде майлықтарды пайдаланыңыз



дезинфекциялау құралдарын пайдаланыңыз



вирус жұқтырғандармен жақын байланыс жасамаңыз



қағаз сүлгілер немесе майлықтарды пайдаланыңыз



қол алысып амандаспауға тырысыңыз



антисептикалық сабынмен қолды 10-20 секунд бойы жуыңыз



етті жақсылап қуырыңыз



алақанды бетке тигізбеу үшін медициналық маскаларды пайдаланыңыз



жануарларға жақындамаңыз

СИМПТОМАРДЫ БАЙҚАСАҢЫЗ 103

ҚОСЫМША АҚПАРАТ 1406

# КОРОНАВИРУС (COVID-19)

## СИМПТОМЫ:



- ГОЛОВНАЯ БОЛЬ
- НАСМОРК
- БОЛЬ В ГРУДИ
- ПНЕВМОНИЯ
- ЛИХОРАДКА
- ПОВЫШЕННАЯ ТЕМПЕРАТУРА
- УСКОРЕННОЕ СЕРДЦЕБИЕНИЕ
- УЧАЩЕННОЕ ДЫХАНИЕ

## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ:



воздержитесь от посещения  
многолюдных мест



используйте антисептические средства  
для рук на спиртовой основе



используйте бумажные полотенца,  
салфетки



мойте руки с мылом в течение  
10-20 секунд



в общественных местах используйте  
медицинские маски



используйте салфетки при  
насморке и кашле



избегайте **близкого** контакта с  
зараженными



избегайте рукопожатий



хорошо прожаривайте мясо



избегайте контакта с животными

ПРИ СИМПТОМАХ ЗВОНИТЬ 103

ДОП. ИНФОРМАЦИЯ 1406

# ПРОФИЛАКТИКА COVID-19



*(ҚР Мемлекеттік бас санитарлық дәрігерінің  
2020 жылғы 10 мамырдағы №36 қаулысына сәйкес)*

- ✓ **МЕДИЦИНАЛЫҚ МАСКА, ҚОЛҚАП,  
ЗАРАРСЫЗДАНДЫРУ ҚҰРАЛДАРЫН  
ПАЙДАЛАНЫҢЫЗ**
- ✓ **10-20 СЕКУНД БОЙЫ ҚОЛЫНЫЗДЫ САБЫНДАП  
ЖУЫҢЫЗ**
- ✓ **ҚОЛ АЛЫСПАҢЫЗ**
- ✓ **ҚОҒАМДЫҚ ОРЫНДАРДА ӘЛЕУМЕТТІК  
ДИСТАНЦИЯНЫ (КЕМ ДЕГЕНДЕ 1 МЕТР) САҚТАҢЫЗ**
- ✓ **БӨЛМЕНІ ЖИІ ЖЕЛДЕТІҢІЗ**
- ✓ **ЖҰМЫС УАҚЫТЫНАН ТЫС УАҚЫТТА  
КОРОНАВИРУСТЫҢ АЛДЫН АЛУ ШАРАЛАРЫН  
САҚТАП, ОСЫ АҚПАРАТТЫ ЖАНҰЯ МҮШЕЛЕРІНЕ  
ЖЕТКІЗІҢІЗ**
- ✓ **ЖІТІ РЕСПИРАТОРЛЫҚ ИНФЕКЦИЯ БЕЛГІЛЕРІ, ДЕНЕ  
ҚЫЗУЫНЫҢ КӨТЕРІЛУІ, ҚҰРҒАҚ ЖӨТЕЛ БАЙҚАЛСА  
ДЕРЕУ ДӘРІГЕРГЕ ҚАРАЛЫП, ТІКЕЛЕЙ БАСШЫҢЫЗҒА  
ХАБАРЛАҢЫЗ**



# ПРОФИЛАКТИКА COVID-19



*(согласно Постановлению Главного государственного санитарного врача РК от 10 мая 2020 года №36 )*

- ✓ **ИСПОЛЬЗУЙТЕ МЕДИЦИНСКИЕ МАСКИ, ПЕРЧАТКИ, АНТИСЕПТИКИ**
- ✓ **МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ В ТЕЧЕНИЕ 10-20 СЕКУНД**
- ✓ **ИСКЛЮЧИТЕ РУКОПОЖАТИЯ**
- ✓ **СОБЛЮДАЙТЕ СОЦИАЛЬНУЮ ДИСТАНЦИЮ (НЕ МЕНЕЕ 1 МЕТРА) ПРИ НАХОЖДЕНИИ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ**
- ✓ **РЕГУЛЯРНО ПРОВЕТРИВАТЬ ПОМЕЩЕНИЯ**
- ✓ **СОБЛЮДАЙТЕ МЕРЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ ВО ВНЕ РАБОЧЕЕ ВРЕМЯ И ДОВЕДИТЕ ЭТУ ИНФОРМАЦИЮ ДО ЧЛЕНОВ СЕМЬИ**
- ✓ **ПРИ ПОЯВЛЕНИИ СИМПТОМОВ: ОСТРЫХ РЕСПИРАТОРНЫХ ИНФЕКЦИЙ, ПОВЫШЕНИЯ ТЕМПЕРАТУРЫ, ПОЯВЛЕНИЯ СУХОГО КАШЛЯ - НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ И СООБЩИТЕ НЕПОСРЕДСТВЕННОМУ РУКОВОДИТЕЛЮ**

