**"Памятка для граждан о действиях в случае заболевания корона вирусной инфекцией и острой респираторной вирусной инфекции»**

Для пациентов из группы риска (старше 60 лет, с хроническими заболеваниями или избыточным весом), а также тех, у кого есть симптомы.

**Для них действуют следующие рекомендации:**

—оставайтесь дома, по возможности изолировавшись от других членов семьи в отдельной комнате;

—оформите больничный;

—проветривайте помещение;

—соблюдайте питьевой режим;

—измеряйте температуру не реже трех раз в сутки;

—по возможности измеряйте сатурацию пульсоксиметром два раза в день (нормальные показатели — не ниже 95-96 процентов);

—используйте симптоматическое лечение, но не принимайте самостоятельно антибиотики.

Если состояние ухудшается, появляется одышка или температура поднимается выше 38 градусов и держится дольше двух дней, нужно проконсультироваться со специалистом по номеру 122 или вызвать скорую.

**Непривитые и не переболевшие при первых симптомах ОРВИ или с положительным мазком на SARS-CoV-2 должны** оставаться дома, позвонив в службу 122. При ухудшении самочувствия следует вызвать скорую. Заразившихся детей нельзя вести в школу или детский сад, родители должны вызвать врача и не заниматься самолечением. Если состояние станет хуже, также следует позвонить в скорую.