



РЖД·МЕДИЦИНА

**Что нужно делать,
если вы или ваши близкие
обнаружили у себя симптомы
коронавирусной инфекции?**





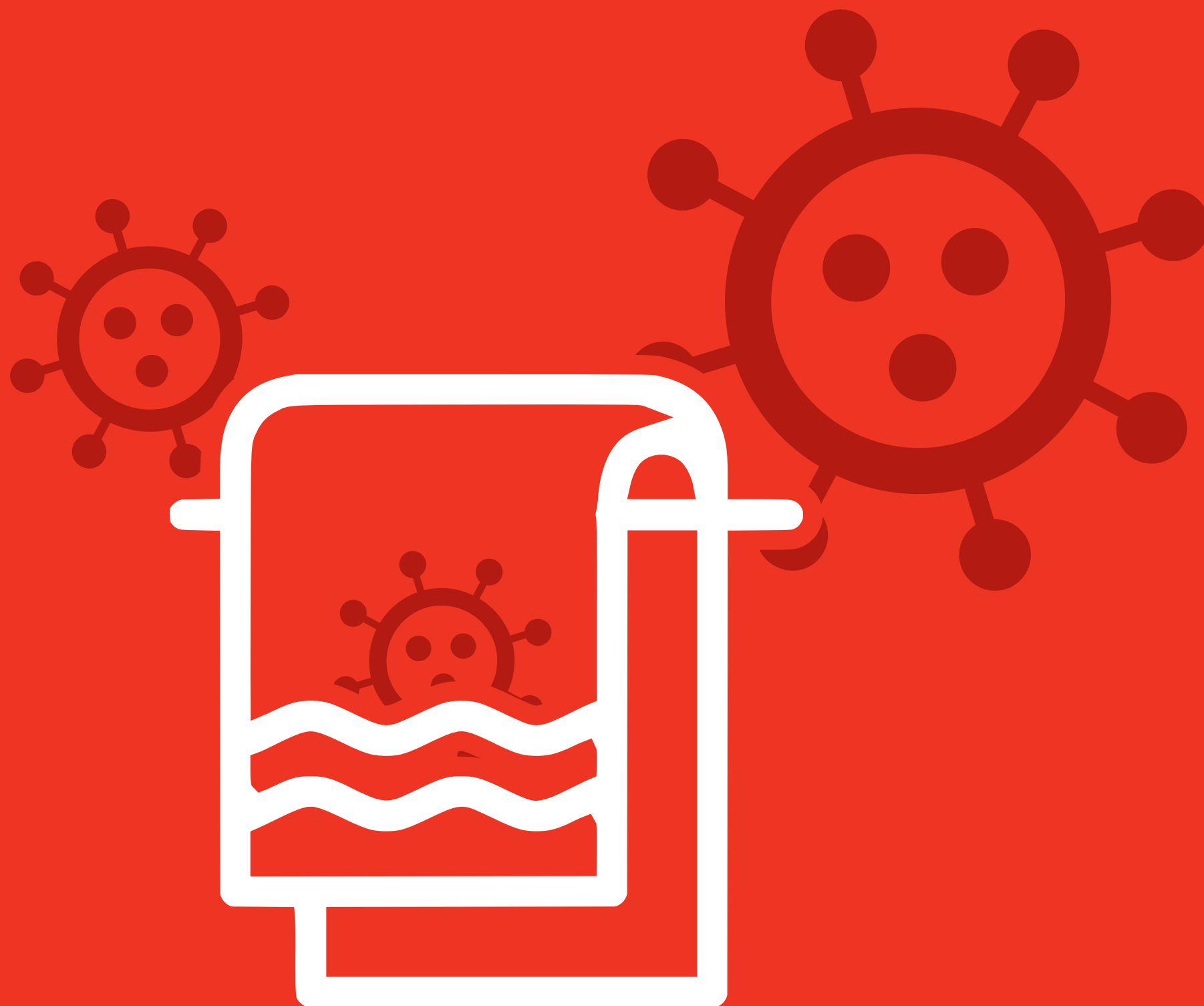
Нужно помнить - ни в коем случае не употребляйте алкоголь, тем более не лечитесь им. Потому что даже небольшие дозы алкоголя действует на сердечно-сосудистую систему, вызывает тахикардию и повышение артериального давления.



Ни в коем случае
нельзя заниматься
самолечением.



При любых признаках ОРВИ
оставайтесь дома, чтобы не
заражать других. Вызовите врача
на дом по телефону поликлиники
или 103.



Если врач решит, что госпитализация не требуется, выделите себе отдельную посуду и полотенца на время болезни.



Носите дома маску,
делайте это
правильно.



Чаще
проветривайте
помещение.



Увлажняйте воздух. Вирус лучше передается при температуре 5-8 градусов и влажности 30-50%.



РЖД·МЕДИЦИНА

Будьте
здоровы!