

## О новой коронавирусной инфекции

### ■ Что представляет собой новая коронавирусная инфекция?

Это инфекционное заболевание дыхательных путей (COVID-19), вызываемое новым коронавирусом. Вспышки заболевания были выявлены в декабре 2019 года в Китае, в провинции Хубэй. Симптомами являются кашель, температура, сообщается о случаях развития пневмонии. Инфекция распространяется воздушно-капельным путём и при контакте с респираторными выделениями инфицированного.

### ■ Создание информационных центров и амбулаторных отделений для возвращающихся в Японию либо контактировавших с людьми, вероятно заражёнными инфекцией

В каждом медицинском центре префектуры Симанэ были созданы центры для возвращающихся в Японию либо контактировавших с людьми, вероятно заражёнными инфекцией, где Вы можете получить консультацию об инфекции, а также информацию о том, где пройти обследование при подозрении заражения инфекцией в специализированных амбулаторных отделениях (отделения, оборудованные для обследования на наличие новой коронавирусной инфекции). Просьба перед обследованием пользоваться маской и избегать пользования общественным транспортом.

**Информационный центр для возвращающихся в Японию либо контактировавших с людьми, вероятно заражёнными инфекцией (ссылка на сайт центра префектуры Симанэ)**  
<https://www.pref.shimane.lg.jp/medical/yakuji/kansensyo/other/topics/bukan2020.html>  
 (для переключения языка нажмите на "Language" в левом верхнем углу сайта)

### ■ Важно каждому человеку проводить меры профилактики и не допускать распространения инфекции

#### Индивидуальные меры профилактики

- Мыть руки и полоскать горло после возвращения с улицы.
- Использовать дезинфицирующее средство для рук на спиртовой основе.
- Не посещать места массового скопления людей.
- Следить за соответствующей влажностью и проветривать помещения.
- Вести правильный распорядок дня и достаточно отдыхать.
- Следить за сбалансированным питанием и потреблением жидкости.



#### «Этикет кашля», как мера предотвращения распространения инфекции

- Надевайте маску при наличии таких симптомов как кашель и чихание.
- При отсутствии маски, при кашле и чихании прикрывайте рот и нос салфетками сгибом локтя.



#### Информация о новой коронавирусной инфекции на иностранных языках (несложный японский и английский)

<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>



### ■ Проводятся телефонные консультации по новой коронавирусной инфекции

Информационное бюро	Центр по общим вопросам многокультурного сожительства (при общественном фонде международного центра Симанэ) Сайт <a href="https://www.sic-info.org/sic/post-15791/">https://www.sic-info.org/sic/post-15791/</a>		
Телефон	070-3774-9329	Время работы	Понедельник-пятница 9:00-17:00
держиваемые языки	Английский, китайский, корейский, вьетнамский, непальский, индонезийский, тагальский, тайский, португальский, испанский, бирманский, кхмерский (12 языков)		

# Давайте мыть руки!

Намылив руки до появления пены давайте их вымоем в соответствии со следующим порядком.

## Подготовка перед мытьем

- ◆ Коротко ли пострижены ногти?
- ◆ Сняты ли часы и кольца?

Check !



## Места, наиболее подверженные загрязнению

- ◆ Кончики пальцев
- ◆ Между пальцами
- ◆ Вокруг больших пальцев
- ◆ Запястья
- ◆ Морщины на руках

(1) Хорошо намылив до пены руки, тщательно потереть ладони



(2) Потереть руки, вытягивая тыльные стороны ладоней



(3) Потереть промежутки между кончиками пальцев и ногтями



(4) Промыть места между пальцами



(5) Помыть большие пальцы рук, сжимая ладони



(6) Не забыть вымыть запястья



Смыть мыло и просушить руки, вытерев чистым полотенцем.