

## **Грипп, коронавирус, другие ОРВИ - поможет маска!**

В период активной циркуляции возбудителей гриппа, коронавирусной инфекции, и других возбудителей острых респираторных вирусных инфекций напоминаем о целесообразности использования одноразовой медицинской маски в качестве эффективной меры профилактики заражения и ограничения распространения инфекции.

Эти вирусы передаются от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путём, через микрокапли респираторных выделений, которые образуются, когда инфицированные люди говорят, чихают или кашляют.

С воздухом эти капли могут попасть на поверхность слизистой оболочки верхних дыхательных путей здоровых людей, которые находятся рядом с заражённым человеком.

Заражение может происходить и в результате непосредственного или косвенного контакта здорового человека с респираторными выделениями инфицированного.

### **Использование одноразовой медицинской маски предотвращает попадание в организм здорового человека капель респираторных выделений, которые могут содержать вирусы, через нос и рот**

- ✓ надевайте маску в закрытых помещениях, в местах большого скопления людей, при контактах с людьми с симптомами вирусного респираторного заболевания;
- ✓ маска должна плотно прилегать к лицу и закрывать рот, нос и подбородок;
- ✓ при наличии вшитого крепления в области носа, его надо плотно прижать к спинке носа;
- ✓ если на маске есть специальные складки, – расправьте их;
- ✓ меняйте маску на новую каждые 2-3 часа или чаще;
- ✓ выбрасывайте маску в урну сразу после использования;
- ✓ после прикосновения к использованной маске, – тщательно вымойте руки с мылом;
- ✓ носить маску на безлюдных открытых пространствах – нецелесообразно;
- ✓ повторно использовать маску нельзя;
- ✓ только в сочетании с тщательной гигиеной рук и карантинными мерами использование маски будет максимально эффективно для предотвращения заражения и распространения инфекции.