

Если Вы заболели или почувствовали себя нехорошо (не только в связи с простудными признаками, но и по другим проблемам со здоровьем, например, давлением) - не ходите в поликлинику, а вызывайте врача на дом.

Если Вы заболели простудой, а среди Ваших близких люди выезжали за рубеж в последние 2 недели, обязательно скажите об этом врачу. Он назначит анализ на новую коронавирусную инфекцию.

Берегите себя и будьте здоровы!

**Рекомендации для волонтеров о мерах безопасности при обслуживании лиц пожилого возраста.**

Новая коронавирусная инфекция COVID-19 представляет особую опасность для лиц пожилого возраста, а также имеющих хронические болезни, такие как ишемическая болезнь сердца, гипертоническая болезнь, заболевания лёгких, сахарный диабет и др. В этой связи просим Вас соблюдать следующие меры безопасности:

1. Если Вы выезжали в течение 14 дней до начала Вашей работы в регионы, где отмечается неблагоприятная эпидемиологическая ситуация по новой коронавирусной инфекции или контактировали с больным человеком, то проинформируйте Вашего руководителя, позвоните на горячую линию и изолируйтесь в домашних условиях.
2. Внимательно следите за своим здоровьем - если у Вас есть такие симптомы, как повышение температуры тела, кашель, насморк, диарея, то обратитесь к врачу и не посещайте Ваших подопечных.
3. Если у человека, которого Вы посещаете есть такие симптомы как повышение температуры тела, кашель, насморк, то немедленно вызовите скорую и неотложную медицинскую помощь. Не снимайте медицинскую маску, постарайтесь соблюдать дистанцию между Вами и больным человеком не менее 1 метра.
4. При посещении пожилого человека используйте одноразовую медицинскую маску. Меняйте ее каждый раз после посещения одного человека.
5. Мойте руки как можно чаще с мылом и теплой водой не менее 20 секунд. Не настаивайте на мытье рук в квартире Вашего подопечного - пожилым людям это может доставить лишние хлопоты.
6. Используйте антисептические средства для обработки рук. Обрабатывайте руки при входе в квартиру и выходе из неё, после посещения общественных мест (торговые центры, общественный транспорт и др.).
7. Не прикасайтесь немытыми руками к глазам, носу и рту.