

Российская Федерация
Ростовская область
**Управление культуры
города Ростова-на-Дону**
**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Детская школа искусств
«Образовательно-концертное объединение
имени Кима Назаретова»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО
«ДШИ «ОКО им. К. Назаретова»
_____/Рустамянц А.Б./

344111, г. Ростов-на-Дону, пр. 40-летия Победы, 318/1
тел./факс (863) 269-97-53
E-mail: kimnazaretov@mail.ru
ОГРН 1026104153437
ИНН/КПП 6166151301/616701001

Инструкция о действиях в связи с распространением коронавируса

1. Что такое коронавирус:

Коронавирусы – большое семейство вирусов, которые поражают органы дыхания и вызывают разные болезни: от простуды до пневмонии.

Коронавирус начинается как любой другой вирус или инфекция. Сначала появляются первые симптомы:

- повышенная утомляемость;
- повышение температуры и озноб;
- бледность;
- заложенность носа, чихание, кашель;
- боль в горле и мышцах;
- ощущение тяжести в грудной клетке.

Первые симптомы могут привести к осложнениям, таким как отит, синусит, бронхит, пневмония и другие болезни. Поэтому при появлении симптомов вызовите врача на дом. Не занимайтесь самолечением.

Вызовите врача на дом, если повысилась температура, начался кашель, трудно дышать. Сейчас нет лекарств и вакцины от коронавируса. Не верьте рекламе и не тратьте деньги.

2. Как вести себя в связи с распространением коронавируса

Какие меры предосторожности помогут не заболеть:

- регулярно мойте руки после посещения общественных мест, туалета, перед едой, просто в течение дня. Это убивает вирусы, которые попадают на поверхность кожи;
- не трогайте лицо грязными руками, чтобы вирусы с кожи не попали в организм;
- соблюдайте респираторную гигиену, при чихании или кашле прикрывайте нос и рот одноразовой салфеткой;
- держите дистанцию в людных местах. ВОЗ рекомендует соблюдать дистанцию минимум 1 метр, особенно от людей с признаками заболевания;
- проветривайте рабочее пространство. Спертый воздух – благоприятная среда для вирусов и других микробов;
- не давайте подсыхать слизистым носа. Регулярно промывайте нос и увлажняйте воздух в помещении.