**Как защитить себя от коронавируса**

Какие у него симптомы?

Симптомы коронавируса напоминают симптомы простуды или гриппа: это кашель, боль в грудной клетке, в горле, в мышцах, конъюнктивит, заложенность носа, повышенная температура, озноб, головная боль, слабость, тошнота, диарея.

Вирус передаётся

* Воздушно-капельным путём при чихании или кашле;
* Контактным путём.

Как не заразиться?

Чтобы не заразиться коронавирусом, нужно:

* избегать контактов с людьми, у которых есть симптомы инфекционных заболеваний;
* после посещения улицы мыть руки водой с мылом не менее 20 секунд;
* если вода и мыло не доступны, то как можно чаще протирать руки антисептическими средствами на спиртовой основе;
* стараться не касаться руками лица;
* в общественных местах носить медицинские маски;
* при чихании или кашле прикрывать рот и нос бумажной салфеткой;
* при первых признаках заболевания обращайтесь за медицинской помощью в лечебные организации, не занимайтесь самолечением!