

# Памятка о мерах профилактики и настороженности в отношении заболевания, вызванного новым коронавирусом, для лиц, выезжающих в страны с неблагоприятной эпидемической ситуацией

(Китайская Народная Республика, Таиланд, Япония, Республика Южная Корея, США, Тайвань, страны Евросоюза)

**Основные симптомы заболевания:** слабость, головные боли, головокружение, повышение температура тела, кашель, затруднённое дыхание.

Специфических мер, с помощью которых можно было бы уберечься от инфекции, пока нет. Существуют только рекомендации общего характера.

В целях недопущения распространения случаев заболеваний, вызванных новым коронавирусом в Российской Федерации, российским туристам **необходимо соблюдать следующие меры предосторожности:**

1. При планировании зарубежных поездок уточнять эпидемическую ситуацию.
2. По возможности избегать общественного транспорта, мест скопления большого количества людей.
3. Пользоваться средствами защиты органов дыхания: масками и респираторами.
4. Соблюдать правила личной гигиены. Мыть руки после посещения мест массового скопления людей и перед приемом пищи. Пользоваться антисептиком для рук или влажными салфетками с противомикробным действием.
5. Не посещать рынки, где продаются животные и морепродукты.
6. Употреблять только термически обработанную пищу и бутилированную воду.
7. Не посещать зоопарки, культурно-массовые мероприятия с привлечением животных.
8. Для профилактики заболевания также рекомендуются регулярные проветривания помещений и влажная уборка.
9. При первых признаках заболевания, обращаться за медицинской помощью в медицинские организации, не допускать самолечения.
10. При обращении за медицинской помощью на территории Российской Федерации информировать медицинский персонал о времени и месте пребывания в КНР или других странах с неблагоприятной эпидемической ситуацией.
11. По возможности воздержаться от поездок в страны с неблагоприятной эпидемической ситуацией.