

**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 легких, 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 коронавирушной 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.

**8.** Дезинфицируйте поверхности: мобильные устройства, кнопки, ручки, выключатели и другие места, к которым часто прикасаются.

**9.** Оставайтесь на связи - проверяйте уровень заряда батареи Вашего телефона.

**10.** Уточняйте потребности Ваших подопечных - продукты питания, лекарственные средства, средства гигиены и т.п.

**11.** Расскажите об основных профилактических мерах Вашим подопечным, объясните важность их соблюдения для пожилых людей.

**12.** Узнавайте больше официальной информации, чтобы пресечь распространение слухов. Пожилые люди склонны драматизировать ситуацию, Ваше знание официальных фактов и разъяснение их Вашим подопечным - залог борьбы с необоснованными страхами.

**От Ваших грамотных действий зависит здоровье многих людей.**