

Профилактика коронавируса для людей старшего возраста



Как снизить вероятность заражения?



Люди старшего возраста должны сократить количество посещений общественных мест и использование общественного транспорта



Позаботьтесь о том, чтобы у ваших родителей, бабушек и дедушек дома были продукты и лекарства



Какие меры профилактики использовать?

- 1 Вакцинироваться против COVID-19
- 2 Чаще мыть руки, использовать антисептические средства
- 3 Не прикасаться к лицу грязными руками
- 4 При необходимости выхода на улицу или нахождения в общественном месте использовать медицинские маски



Какие меры профилактики использовать?

- 5 Регулярно проветривать помещения и делать влажную уборку
- 6 Не контактировать с людьми с признаками ОРВИ
- 7 Выполнять в домашних условиях физические упражнения, направленные на укрепление мышечной силы, выносливости и равновесия
- 8 При появлении симптомов (повышение температуры, сухой кашель, затрудненное дыхание) вызывать врача на дом

