

АКТУАЛЬНО

# Коронавирус: всё, что нужно знать

Сегодня появляется немало ложной информации о коронавирусе, поэтому мы, страховые представители «Капитал Медицинское Страхование», решили поделиться достоверной информацией.

## О вирусе

Коронавирус – это респираторный вирус, да-да, всем знакомая нам ОРВИ. Просто новый его тип, COVID-19 (число «19» – порядковый номер такого типа вирусов). Источником всех аналогичных вирусов (гриппа) являются дикие животные. И этот не исключение, учёные считают, что он пришёл от летучих мышей.

Особые меры безопасности применяются в связи с высоким риском осложнений, вызываемых этим вирусом. Самое опасное и тяжёлое, как и у гриппа, – пневмония.

## Барьер

Так как COVID-19 – вирус новый и ни у кого ещё нет иммунитета, заразиться им могут практически все. Как и гриппом, который мутирует каждый год.

У кого-то болезнь будет протекать легко – всё может обойтись насморком и недомоганием, а у кого-то симптомы будут серьёзнее. Те, кто уже переболел (а вы можете и не подозревать, что уже переболели коронавирусом), приобретают иммунную защиту и, таким образом, формируют своеобразный барьер, препятствующий дальнейшему распространению заболевания.

На создание такого естественного барьера может уйти 1,5 – 2 года. Поэтому сейчас карантинные меры направлены только на одно: избежание массового заражения, когда одновременно могут заболеть столько человек, что не хватит лекарств, врачей и мест в больницах.

## Как защититься

Самая важная задача – замедлить распространение вируса и максимально растянуть заболевание во времени. Для этого избегайте людных мест. Соблюдайте правила личной гигиены: после каждого контакта с внешним миром мойте руки с мылом. Старайтесь меньше трогать руками лицо.

В очередях и магазинах старайтесь выдерживать дистанцию в 1,5 – 2 метра от других людей. Почаще дезинфицируйте гаджеты, особенно мобильный телефон. Наблюдайте за своими симптомами и за симптомами близких. Если вы приехали из-за границы – выдерживайте 14-дневный карантин. Сидите дома и попросите близких или соседей покупать вам продукты, гулять с собакой.

Старайтесь оплачивать покупки пластиковой картой или удалённо.

## Про маски

Если у вас есть признаки простуды, носите любую маску. Это поможет сократить количество распространяемых заражённых частиц при чихании или кашле.

Но одноразовая медицинская маска не спасёт, например, если вы прикоснулись рукой к заражённой поверхности. К тому же маска не плотно прилегает к лицу и вы запросто можете вдохнуть воздух от заражённого человека. Не носите одну маску дольше 1 – 2 часов: она становится влажной, и к ней легко прикрепляются вирусы и бактерии.



Директор филиала ООО «Капитал» МС в Оренбургской области Ольга Новицкая.

Есть специальные медицинские респираторы, они полностью изолируют нос и рот. И если использовать специальные очки, плотно закрывающие глаза, то вы примете хорошие меры для защиты от заражения.

## Если заболели

Начальные симптомы коронавируса сложно отличить от обычного гриппа или ОРВИ. Кто-то может переболеть в форме лёгкой простуды, просто покашлять несколько дней и всё. И даже не подозревать, что был болен коронавирусом.

С возрастом опасность осложнений возрастает, поэтому важно следить за

симптомами. Если у вас проявляются признаки ОРВИ, даже самые лёгкие, оставайтесь дома и вызовите врача.

Сами в поликлинику не ходите! Не занимайтесь самолечением. Если высокая температура держится дольше двух дней, срочно вызывайте врача или скорую. Исключите контакты с людьми.

Страховые представители ООО «Капитал МС» всегда на связи с вами: 8-800-100-81-02 – круглосуточно, звонок бесплатный из любого региона РФ.

**Ольга НОВИЦКАЯ,**  
директор филиала  
ООО «Капитал МС»  
в Оренбургской области