

Респираторный этикет



Чтобы обезопасить себя и окружающих лиц от заражения острыми респираторными инфекциями, необходимо соблюдать «респираторный этикет».

Когда человек чихает или кашляет с капельками слюны вирус разлетается на расстояние до 1,5 метров. На короткий период вокруг заболевшего образуется «зараженная зона».

«Респираторный этикет» - это правила поведения в общественных местах, которые нужны для того, чтобы обезопасить себя и окружающих лиц от заражения острыми респираторными инфекциями.

Вот эти правила:

- при кашле и чихании необходимо использовать носовой платок, предпочтительнее применять одноразовые бумажные платки, которые выбрасывают сразу после использования;
- при отсутствии носового платка, простуженные лица должны чихать и кашлять в сгиб локтя, а не в ладони, т.к. традиционное прикрывание рта ладонью приводит к распространению инфекции через руки и предметы обихода;
- важно тщательно мыть руки с мылом и стараться не прикасаться руками к губам, носу и глазам;
- по возможности избегать в закрытых помещениях кашляющих и чихающих людей и соблюдать социальное дистанцирование.

*Врач-гигиенист
(заведующий отделом) отдела общественного здоровья
Дервоедова Екатерина Васильевна*