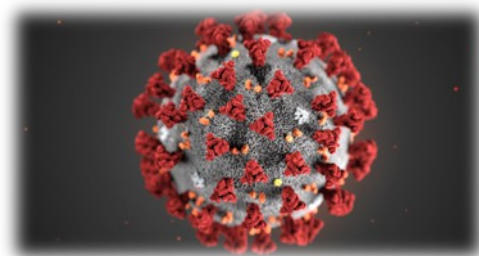


## Коронавирус. Вопросы и ответы



### 1. Почему новый коронавирус появился в Китае?

В Китае живет очень много людей (по официальным данным население Китая на конец 2019 года составляет 1 404 328 611 человек), а г. Ухань – это огромный «перекресток» Китая, все торговые пути проходят через него.

### 2. В чем разница между коронавирусом и обычным гриппом?

Если мы говорим о группах риска и симптомах, то они при обоих заболеваниях одинаковы. Однако, существует и ряд важных отличий: новый коронавирус немного более заразен, чем обычный грипп. Против него в настоящее время не существует вакцины.

### 3. Исчезнет ли новый коронавирус весной, когда станет теплее?

Да, это возможно. Например, в 2003 году эпидемия SARS также началась примерно в это время года, и к июню закончилась. Также другие известные нам коронавирусы являются сезонными, поэтому вполне возможно, что новый коронавирус также выйдет из циркуляции на несколько месяцев весной/летом. Есть как минимум четыре других коронавируса человека, которые демонстрируют такое поведение.

### 4. Могу ли я заразиться коронавирусной инфекцией от посылки, полученной из Китая?

В настоящее время нет никаких доказательств в поддержку передачи коронавируса через товары, привезенные из Китая. Коронавирус малоустойчив во внешней среде, поэтому риск заражения от посылки, которая отправляется в течение нескольких дней, недель, а иногда и месяцев при температуре окружающей среды, минимален. Основным способом передачи вируса является воздушно-капельный путь, то есть через кашель и чихание.

### 5. Может ли вирус передаваться человеку от домашних животных?

Возможно, новый коронавирус был передан через летучих мышей неизвестному промежуточному хозяину, а затем людям. Однако прямая передача коронавируса от животного человеку крайне маловероятна.

### 6. Для каких людей наиболее опасно заражение коронавирусом?

Как и грипп, новый коронавирус опасен для пожилых людей и людей с сопутствующими заболеваниями (болезни почек, печени, сердца, хронические легочные заболевания и пр.). Для беременных женщин, детей и младенцев риск незначительный.

### 7. Если вы инфицированы новым коронавирусом, но у вас еще нет симптомов, можете ли вы заразить других?

Да, конечно. Но наиболее заразными являются люди с выраженными симптомами в виде кашля и чихания. Симптомы гриппа или нового коронавирусного вируса схожи: температура, кашель, насморк, боль в горле.

### 8. Опасно ли сейчас путешествовать?

Конечно, от путешествий по странам, в которых распространился коронавирус, сейчас лучше отказаться. Но что делать, если поездка оплачена? В данной ситуации каждый человек должен самостоятельно принять решение, оценив все риски и возможные финансовые потери.

Но если вы все же отправились в путешествие или только планируете его, помните о мерах профилактики, которые помогут избежать заражения, о них мы поговорим ниже.

## **9. Нужно ли принимать дополнительные витамины, чтобы уменьшить риск заражения коронавирусом?**

Нет, принимать дополнительно витамины не нужно. Лучшее, что вы можете сделать для себя - вести здоровый образ жизни. Если вы будете питаться правильно и разнообразно, ваши легкие, сердце и иммунная система естественным образом будут работать лучше.

## **10. Что можно сделать, чтобы защитить себя от коронавируса?**

Теперь, когда новый коронавирус выявлен и в нашей стране, возникает вопрос: что мы можем сделать, чтобы защитить себя? Какие меры действительно эффективны?

### **Регулярно мойте руки с мылом**

Мы знаем, что мытье рук очень хорошо работает против вирусов, это действительно помогает, если вы моете руки несколько раз в день. Также следует как можно меньше касаться своего лица, глаз и рта.

### **Ношение маски здоровым людям не требуется**

В некоторых ситуациях может быть полезно носить маску, например, людям, которые болеют ОРВИ, чтобы не передать инфекцию другим людям. Также люди, ухаживающие за больными с ОРВИ или гриппом, могут носить маску, чтобы не заболеть самим. В остальных случаях носить маску не нужно и бессмысленно.

### **Старайтесь избегать скоплений людей**

При эпидемиях всегда следует избегать скоплений людей, поскольку вирусы очень хорошо передаются в местах, где людей много.

### **Старайтесь соблюдать дистанцию с людьми**

Держаться на расстоянии от людей во время эпидемии – очень хорошая идея. Оптимальное расстояние между людьми во время эпидемий должно быть не менее 2 м. Также лучше исключить рукопожатия.



Источник: ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора  
<http://cgon.rospotrebnadzor.ru>