

# ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ ИНФЕКЦИИ ВО ВРЕМЯ ПОЕЗДКИ

**Откажитесь от поездки,**  
если у вас появились  
высокая температура и  
кашель



При высокой температуре, кашле и затрудненности дыхания как можно скорее обратитесь за медицинской помощью. Если до этого вы совершали какие-либо поездки, расскажите об этом врачу



Всемирная организация  
здравоохранения

# ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ ИНФЕКЦИИ ВО ВРЕМЯ ПОЕЗДКИ

**Избегайте близких контактов**  
с людьми, которые имеют  
признаки высокой  
температуры или кашляют



**Часто протирайте руки**  
антисептическими  
спиртосодержащими средствами  
или мойте руки с мылом и водой

**Не прикасайтесь к  
глазам,  
носу или рту**



Всемирная организация  
здравоохранения

# ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ ИНФЕКЦИИ ВО ВРЕМЯ ПОЕЗДКИ

При кашле и чихании **прикрывайте рот и нос согнутым локтем или салфеткой. После этого сразу же выбросьте салфетку и вымойте руки**



Используя маску, **убедитесь в том, что она прикрывает рот и нос. Надев маску, старайтесь не прикасаться к ней**

**Выбросьте одноразовую маску сразу же после использования и вымойте руки**



Всемирная организация  
здравоохранения

# ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ ИНФЕКЦИИ ВО ВРЕМЯ ПОЕЗДКИ

Если вы почувствовали себя нездоровым в поездке, как можно скорее сообщите об этом экипажу и обратитесь за медицинской помощью



При обращении за медицинской помощью расскажите врачу, совершали ли вы до этого какие-либо поездки



Всемирная организация  
здравоохранения

# ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ ИНФЕКЦИИ ВО ВРЕМЯ ПОЕЗДКИ

Употребляйте  
только тщательно  
приготовленную  
пищу



Не плюйте на землю в  
общественных местах

Избегайте близких  
контактов с больными  
животными и не берите  
их с собой в поездки



Всемирная организация  
здравоохранения