

## Russisch

### коронавируса заденет всех нас

Пожалуйста, поделитесь следующей информацией со своими родственниками и друзьями, объясните ее, делитесь нею в своих социальных сетях как можно чаще.

Это важно, потому что пока еще нет иммунитета, нет лекарств, нет вакцин против коронавирусов.

Если экстраполировать цифры, то при неправильном поведении наших сограждан мы должны рассчитывать на более 10 миллионов больных и более 100 000 погибших!

**Признаки заражения коронавирусом таковы:**

**Через 1-2 недели после контакта** с носителем вируса болезнь **проявляется через симптомы**, но человек заразен уже за несколько дней до этого.

**Симптомы похожи на симптомы простуды:** температура, кашель, боль в горле, редко – насморк. Часто ухудшается обоняние, и появляется диарея.

**Есть три различных варианта течения болезни:**

1. Здоровые дети и молодые люди часто переносят вирус незаметно. Это около 20% всех зараженных.
2. Здоровые взрослые люди до 60 лет, как правило, преодолевают инфекцию без проблем с типичными симптомами в течение 2 недель.
3. 20% заболевших – это **люди старше 60 лет и люди с хроническими заболеваниями**. Часто они заболевают тяжело. **Из-за воспаления легких каждый пятый заболевший нуждается в искусственной вентиляции легких, риск смерти высок.** В худшем случае пострадает несколько миллионов человек.

**Как мы можем препятствовать этому:**

Поскольку иммунитета, вакцин или лекарств от коронавируса еще нет, особенно важно соблюдать другие меры!

**Пожалуйста, следуйте этим 4 правилам:**

1. **по возможности, оставайтесь дома**
2. **соблюдайте дистанцию**
3. **соблюдайте правила гигиены - например, часто мойте руки, кашляйте или чихайте в сгиб локтя вместо того, чтобы прикрывать рот рукой**
4. **особенно берегите стариков и больных!**