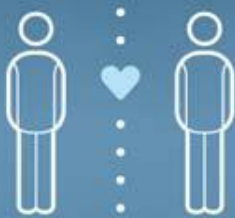



Коронавирус – Полезная информация	Novel Coronavirus – Useful information
<p>Что такое Коронавирус?</p> <p>Новый вирус, отличающийся от остальных. Вакцина о него пока не разработана.</p>	<p>What is the “Novel Coronavirus”?</p> <p>A new virus that has not circulated among humans before. This virus is different from previous or current human seasonal viruses; therefore, no established treatment exists.</p>
<p>Каковы симптомы?</p> <p>Высокая температура, кашель, затрудненное дыхание.</p> <p>В отдельных случаях инфекция вызывает пневмонию, респираторный синдром, отказ почек и даже смерть.</p>	<p>What are the symptoms?</p> <p>Common signs of infection include respiratory symptoms, fever, cough, shortness of breath and breathing difficulties.</p> <p>In more severe cases, infection can cause pneumonia, severe acute respiratory syndrome, kidney failure and even death.</p>
<p>Как передается вирус?</p> <p>В основном - воздушно-капельным путем.</p> <p>Также – через прикосновения. Проникает в организм через слизистые оболочки: нос, глаза, рот.</p>	<p>How is this virus transmitted?</p> <p>The new virus is transmitted like normal flu: mostly via droplets when coughing or sneezing.</p> <p>Transmission can also occur through touching surfaces. The virus is passed from hands to the mouth, nose or eyes.</p>
<p>Как предотвратить распространение?</p> <p>Повышая санитарные меры.</p>	<p>What is the best means to prevent this virus from spreading?</p> <p>Increased hygiene measures as outlined below.</p>

Практики борьбы с Коронавирусом		Novel Coronavirus Best Practices
<p>1. Мойте руки и не прикасайтесь к лицу</p> <p><i>Мойте руки в течение 20-30 секунд. Используйте одноразовые полотенца/салфетки. Избегайте прикосновений ко рту, глазам и носу.</i></p>		<p>1. Wash you hands and keep them away from your face</p> <p><i>Wash your hands with soap several times a day for 20 to 30 seconds, including between your fingers. Use disposal towels. Avoid touching your mouth, eyes and nose.</i></p>
<p>2. Будьте осторожны при кашле</p> <p><i>Если вы кашляете, отойдите на максимальное расстояние от других людей. Используйте одноразовые платки.</i></p>		<p>2. Be careful how you cough</p> <p><i>If you cough, do so away from other people. It's best to cough into your sleeve, not into your hand. Use disposable Kleenex.</i></p>
<p>3. Не пропустите первые симптомы</p> <p><i>Внезапная высокая температура, недомогание, кашель и боли.</i></p>		<p>3. Watch out for early signs</p> <p><i>A sudden high temperature, feeling very ill, coughing and aches and pains all indicate flu.</i></p>
<p>4. Оставайтесь дома</p> <p><i>При недомогании не идите на работу. Оставайтесь дома до прихода врача.</i></p>		<p>4. Stay at home</p> <p><i>Don't go to work if you are feverish with flu like symptoms. Stay at home and rest until your doctor indicates that you are no longer contagious.</i></p>
<p>5. Поправляйтесь</p> <p><i>Пейте много жидкости и отдыхайте. Спросите совета врача.</i></p>		<p>5. Get well soon</p> <p><i>Get lots of rest and drink lots of fluids. Ask a doctor what else you should do.</i></p>

<p>6. Защитите членов своей семьи</p> <p>Если вы больны, ограничьте любой физический контакт, включая объятия и поцелуи. Если возможно, проводите время в отдельной комнате. Уделяйте особое внимание гигиене, особенно на кухне и в ванной</p>		<p>6. Protect members of your family</p> <p><i>If you're ill, limit all physical contact such as hugging and kissing. Wherever possible, stay in a separate room. Pay particular attention to hygiene, especially in the kitchen and bathroom.</i></p>
<p>7. Регулярно проветривайте помещения.</p> <p>Все комнаты должны проветриваться 3-4 раза в день минимум по 10 минут. Это обеспечивает циркуляцию воздуха и снижает риск заражения.</p>		<p>7. Air closed rooms regularly</p> <p><i>Air rooms regularly (3-4 times a day) for at least 10 minutes. This reduces the number of viruses and improves ventilation.</i></p>