

# CORONAVIRUS DISEASE 2019 (COVID-19)

## WHAT YOU NEED TO KNOW

This is a new coronavirus, first identified in Wuhan, China in December 2019.

### TRANSMISSION Investigations are ongoing

- Mainly spread by **sick people** through **droplets** created when they talk, cough and sneeze.
- Touching **contaminated objects** puts the infected droplets onto your hands which can enter your nose / eyes / mouth.



Travellers have spread the virus into other countries. **Screening at entry points** helps detect sick travellers.

### SYMPTOMS Symptoms may appear within 14 days of probable exposure. Monitor your health!

- Fever
- Sore throat
- Cough
- Shortness of breath
- Muscle aches
- Diarrhoea



Most cases are **MILD**, but some are **SEVERE** and can be fatal.



**Seek immediate medical attention** if you think you have been exposed or develop symptoms.

### PREVENTION



**Anyone who has any symptoms even if only mild should stay home and seek medical advice.**

**Get the flu shot** – this will reduce the risk of seasonal flu and possible confusion with COVID-19 symptoms.



#### Maintain good personal hygiene and ensure safe food practices:

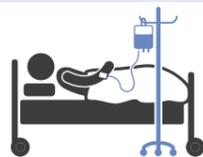
- Wash your hands frequently. Use alcohol-based hand sanitiser when soap and water are not readily available.
- Cover your coughs and sneezes.
- Avoid touching your face (eyes, nose and mouth) – especially if you have touched objects handled by many people (such as handrails, door handles).
- Do not share food, drinks and personal items.

#### Avoid potential exposure:

- Keep away from people who are sick. Don't let them cough or sneeze on you.
- Avoid activities which expose you to large groups of people.
- As much as possible, keep 1-2 metres distance from other people.
- Do not travel if you are sick.

### TREATMENT

There is no specific treatment. Supportive care helps relieve symptoms.



There is **no vaccine** against COVID-19.



**Keep up to date with news and information from the International SOS dedicated website: <https://pandemic.internationalsos.com/2019-ncov>**

This infographic has been developed for educational purposes only and is correct at the time of publication. It is not a substitute for professional medical advice. Should you have any questions or concerns about any topic in the infographic, please consult your medical professional.

# НОВЫЙ КОРОНАВИРУС

(COVID-19)

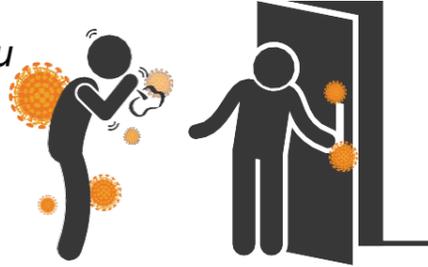
## ЧТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ

Это новый коронавирус, который появился в г. Ухань, Китай, в декабре 2019 года

### РАСПРОСТРАНЕНИЕ

Исследования продолжаются

- В основном передается воздушно-капельным путем, когда заболевшие разговаривают, кашляют и чихают.
- Контакт с инфицированными поверхностями может привести к заражению через прикосновение инфицированными руками к носу/ глазам/ рту



Путешественники распространили вирус в другие страны. Процедуры скрининга в пунктах прибытия помогают обнаружить больных путешественников.

### СИМПТОМЫ

Симптомы могут появиться в течение 14 дней после потенциального воздействия вируса. Следите за состоянием своего здоровья!

- Лихорадка
- Боль в горле
- Кашель
- Одышка
- Боли в мышцах
- Диарея



Большинство случаев протекают в легкой форме, но некоторые случаи **серьезны** и могут иметь смертельный исход



Немедленно обратитесь за медицинской помощью, если вы подозреваете, что подверглись воздействию вируса или у вас развились симптомы инфекции



### ПРОФИЛАКТИКА



Любой, у кого есть какие-либо симптомы, пусть даже легкие, должен оставаться дома и обратиться за медицинской помощью.

Сделайте прививку от гриппа - это уменьшит риск сезонного гриппа и возможную путаницу с симптомами COVID-19.



#### Соблюдайте правила личной гигиены и стандарты безопасного приготовления пищи:

- Часто мойте руки. Имейте при себе антисептическое средство, чтобы использовать его, если под рукой не окажется воды и мыла.
- Старайтесь не прикасаться к своему лицу (глазам, носу, рту), особенно, если Вы прикасались к предметам общего пользования (дверные ручки, поручни)
- Прикрывайте рот, когда чихаете или кашляете
- Не делитесь едой, напитками и личными вещами

#### Соблюдайте другие меры предосторожности

- Держитесь на расстоянии от заболевших людей.
- Не путешествуйте, если Вы больны.
- Избегайте посещения мест и мероприятий с большим скоплением людей. Насколько это возможно, держитесь на расстоянии 1-2 метров от других.

### ЛЕЧЕНИЕ

Специфического лечения на данный момент нет. Назначается поддерживающая симптоматическая терапия.



Вакцины против COVID-19 **нет**



Для получения дополнительной и актуальной информации обращайтесь на веб-сайт компании International SOS: <https://pandemic.internationalsos.com/2019-ncov>

ОГРАНИЧЕНИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТИ: Данный постер был разработан только для образовательных целей. Он не может заменить профессиональную медицинскую консультацию. В случае возникновения каких-либо вопросов, пожалуйста, обращайтесь к специалисту с медицинским образованием.

© 2020 AEA International Holdings Pte. Ltd. Все права защищены.

11/03/2020 - version 4.0

