**Информационный бюллетень Роспотребнадзора о заболеваемости новой коронавирусной инфекцией в Свердловской области по итогам 09.12.2020**

Всего на 9 декабря 2020 года лабораторно подтверждено 49776 (+385) случая заражения COVID-19:

|  |  |
| --- | --- |
| Алапаевск и Алапаевский район | 388 |
| Арамиль | 295 |
| Артемовский | 312 |
| Артинский район | 219 |
| Асбест | 493 |
| Ачит | 123 |
| Байкалово | 87 |
| Белоярский район | 272 |
| Березовский | 1158 |
| Бисертский ГО | 172 |
| Богданович | 226 |
| Верхнее Дуброво | 42 |
| Верхнейвинский | 37 |
| Верхний Тагил | 78 |
| Верхняя Пышма | 1262 |
| Верхняя Салда | 232 |
| Верхняя Тура | 46 |
| Верхотурье | 109 |
| Волчанск | 51 |
| Гари | 4 |
| Горноуральский ГО | 223 |
| Дегтярск | 142 |
| Екатеринбург | 27630 |
| ЗАТО Свободный | 136 |
| Ивдель | 85 |
| Ирбит и Ирбитский район | 431 |
| Каменск-Уральский и Каменский район | 1217 |
| Камышлов и Камышловский район | 318 |
| Карпинск | 186 |
| Качканар | 320 |
| Кировград | 252 |
| Краснотурьинск | 562 |
| Красноуральск | 345 |
| Красноуфимск и Красноуфимский район | 661 |
| Кушва | 270 |
| Невьянск | 359 |
| Нижнесергинский район | 547 |
| Нижний Тагил | 3180 |
| Нижняя Салда | 83 |
| Нижняя Тура | 167 |
| Новая Ляля | 38 |
| пгт Малышева | 6 |
| Пелым | 5 |
| Первоуральск | 1324 |
| Полевской | 303 |
| Пышминский район | 230 |
| Ревда | 1562 |
| Реж | 549 |
| Рефтинский | 85 |
| Североуральск | 178 |
| Серов | 714 |
| Слободо-Туринский район | 104 |
| Сосьва | 30 |
| Среднеуральск | 334 |
| Староуткинск | 27 |
| Сухой Лог | 353 |
| Сысерть и Сысертский район | 200 |
| Тавда | 116 |
| Талицкий район | 218 |
| Тугулым | 93 |
| Туринск | 207 |
| Уральский | 24 |
| Шаля | 67 |
| Обсерватор (AVS-отель) | 8 |
| другие ЗАТО | 78 |

А также 203 человека из других регионов страны.

Ситуация находится на контроле Управления Роспотребнадзора по Свердловской области.

**Профилактика новой коронавирусной инфекции COVID-19**

[**ПРАВИЛО 1. ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ**](https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=14273)  
  
Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.    
Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртсодержащими или дезинфицирующими салфетками.    
Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.   [**ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ**](https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=13926)  
  
Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно -капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 метра друг от друга.  
Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Коронавирус, как и другие респираторные заболевания, распространяется этими путями.  
Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.  
При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать.  
Избегая излишних поездок и посещений многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

[**ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**](https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=14151)  
  
Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

[**ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ**](https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=14130)  
  
Среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.    
Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:    
- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;    
- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;    
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;    
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.   [**КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МАСКУ?**](https://www.youtube.com/watch?v=Kk1My6JjyHM&feature=youtu.be)   
  
Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Есть маски, которые служат 2, 4, 6 часов. Стоимость этих масок различная, из-за различной пропитки. Но нельзя все время носить одну и ту же маску, тем самым вы можете инфицировать дважды сами себя. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципиально.    
Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить:    
- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;    
- старайтесь не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;    
- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;    
- не используйте вторично одноразовую маску;    
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.    
При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.    
Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, магазине, аптеке, а также при уходе за больным. Вместе с тем, медики напоминают, что эта одиночная мера не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме ношения маски необходимо соблюдать другие профилактические меры.    
  
**ПРАВИЛО 5. ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?**    
  
Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.    
Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.   [**СИМПТОМЫ ГРИППА/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ**](https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=15811) высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит.  В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея.    
  
**ВОЗМОЖНЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ**   
Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идёт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких.  Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни.   [**ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ ИЛИ  
КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?**](https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=15983&lang=ru)  
Вызовите врача.    
Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.    
Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.    
Часто проветривайте помещение.    
Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.    
Часто мойте руки с мылом.    
Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (платком, шарфом и др.).Ухаживать за больным должен только один член семьи.