



**ФГБУ ФНКЦСМ
ФМБА РОССИИ**

Федеральный научно-клинический центр
спортивной медицины и реабилитации
Федерального медико-биологического агентства

Отдел медицинского обеспечения спортивных сборных команд и соревнований

Администрация ФГБУ ФНКЦСМ ФМБА России информирует

В соответствии с информацией Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) Китайский коронавирус 2019-nCoV в последнюю неделю начал свое стремительное распространение. Официальные цифры на данный момент – 2.7 тыс. заболевших, 80 – погибших, при этом неофициальные источники озвучивают существенно большие цифры. При этом вирус уже обнаружен в Южной Корее, Японии и подтвердился в США. Симптомы коронавируса 2019-nCoV схожи с симптомами пневмонии или тяжёлого острого респираторного синдрома:

- потеря сознания (в результате прогрессирующего разрушения лёгочных тканей),
- сухой, непродуктивный кашель,
- лихорадка и повышение температуры (38 °C или выше, озноб),
- затруднения при дыхании,
- боли в области груди,
- головная боль,
- миалгия,
- общее недомогание.

Инкубационный период длится в течение 6—12 дней. Если инфицирование произошло от человека к человеку, то инкубационный период не превышает пяти дней. Более продолжительные сроки инкубационного периода могут быть характерны при передаче вируса от животных.

Предварительный анализ данных позволяет утверждать, что имеется высокая контагиозность при контакте с больным человеком.

Подтверждена и продемонстрирована передача вируса от человека к человеку.

Лица, контактировавшие в домашних или больничных условиях с заболевшими, наиболее подвержены возникновению стадии острого респираторного заболевания, в случае которого непосредственной причиной смерти является прогрессирующая острая неконтролируемая дыхательная недостаточность (респираторный дистресс-синдром).

В этой связи ВОЗ озвучила рекомендации, как уберечься от заражения и как действовать в случае заболевания:

- Часто мойте руки, используя дезинфицирующие жидкости или хотя бы мыло с водой;

- При кашле и чихании используйте платки, которые можно немедленно выбросить и вымыть руки;
- Избегайте тесного контакта с кем-либо, у кого жар и кашель;
- Если обнаруживаете, что у вас повышенная температура, кашель и затрудненное дыхание, обратитесь за медицинской помощью на раннем этапе. При этом предупредите врачей, если вы путешествовали в опасный регион;
- Избегайте посещения «стихийных рынков», особенно прямого незащищенного контакта с животными и поверхностей, соприкасающихся с животными;
- Избегайте потребления сырых или недоваренных продуктов животного происхождения – включая мясо, молоко и т.д