



ПАМЯТКА

Обучающихся и сотрудников ЮФУ по предупреждению и профилактике нового коронавируса 2019-nCoV

Memorando para prevenir la propagación y la prevención de un nuevo virus

Measures to prevent infection and spreading the new virus 防止传播并防止新病毒

1. Профилактические меры/Precautionary measures/Precauciones de seguridad /安全注意事项:

- Использовать защитные маски;
- Воздержаться от посещения мест массового скопления людей и контактов с больными людьми с высокой температурой;
- Часто мыть руки с мылом или протирать их дезинфицирующими растворами.
- Регулярно проветривать помещения, делать влажную уборку.
- Укрепление иммунитета

- use protective masks;
- refrain from visiting crowded places and contacts with sick people with high fever;
- wash hands frequently with soap or wipe them with disinfectants;
- regularly air out the space, do wet cleaning;
- strengthening immunity.

预防措施:

- 口罩;
- 不要去人口聚集的地方，不要和体温高的病人接触；
- 常用香皂洗手或者是用消毒液拭擦；
- 房间定期通风，加湿处理；

- usar mascarillas quirúrgicas
- evitar visitas a los lugares públicos, evitar contactos con las personas enfermas o personas con fiebre
- lavar frecuentemente las manos con jabón o limpiarlas con algún desinfectante
- ventilar a menudo habitaciones, hacer la limpieza húmeda
- fortalecer el sistema inmunológico

2. Симптомы возможного заболевания/diseasesympthoms/síntomas de la enfermedad /疾病症状:

- заложенность носа
- сухой кашель
- болезненность в горле
- повышение температуры тела (в том числе и умеренное)
- интоксикация (слабость, озноб, бледность кожи, ломота в конечностях)

- nasal congestion;
- dry cough;
- sore throat;
- increase in body temperature (including moderate);
- intoxication (weakness, chills, pallor of the skin, aching limbs).

可能生病的症状:

- 鼻子不通;
- 干咳;
- 嗓子难受;
- 体温升高（也包括低温）；
- 中毒（体弱，发冷，肤色暗淡）

- nariz tapada
- tos seca
- dolor de garganta (garganta irritada)
- fiebre
- intoxicación (debilidad, escalofríos, palidez de la piel, dolor muscular)

При первых признаках заболевания необходимо незамедлительно обратиться к врачу! НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

Сохраните здоровье свое и окружающих! Если заболел ваш сосед по общежитию – незамедлительно сообщите заведующему или в медпункт ЮФУ

ТЕЛЕФОНЫ СЛУЖБ СПАСЕНИЯ: 112, либо СКОРАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ: 103

At the first signs of the disease, you must immediately consult a doctor! Do not self-medicate!

Save your health and those around you! If your hostel neighbor is sick, immediately inform the manager of the dormitory or at the SFedU medical center

TELEPHONES OF RESCUE SERVICES: 112, OR AMBULANCE: 103

¡A los primeros signos de la enfermedad, debe consultar inmediatamente a un médico! ¡NO TE HAGAS! ¡Salva tu salud y la de quienes te rodean!

Si su vecino del albergue está enfermo, informe inmediatamente al gerente o al centro médico de FedU/ TELÉFONOS DE SERVICIOS DE RESCATE: 112, O AMBULANCIA: 103

在疾病的最初征兆上，您必须立即咨询医生！不要自己做！拯救您和周围人的健康！如果您的宿舍邻居生病了，请立即通知经理或在SFedU

医疗中心救援电话：112，或急救电话：103