COVID-2019: что точно не поможет

Нельзя

Пить антибиотики. Антибиотики против вирусов не действуют

Принимать горячую ванну. Горячая вода никак не влияет на температуру тела. Долго лежать в горячей ванне вредно – можно получить ожоги

Покупать препараты «от коронавируса». Медикаментов для лечения или профилактики COVID-2019 не существует. Не позволяйте нечистоплотным компаниям наживаться на вас

Использовать для дезинфекции УФ-лампы. Они не помогут, но могут вызвать раздражение кожи

Нужно

Регулярно мыть руки. Вирус погибает, если тщательно мыть руки с мылом или обрабатывать спиртосодержащим средством

Соблюдать респираторную гигиену. Прикрывайте рот салфеткой или сгибом локтя, когда чихаете или кашляете

Использовать антисептики. Постарайтесь регулярно протирать антисептиком мобильный телефон, поверхность рабочего стола

Соблюдать режим самоизоляции, даже если не болеете. Так вы поможете сдержать распространение вируса и сгладить пик