

Рекомендации для водителей, планирующих пересечение государственной границы Российской Федерации на автомобиле

1. Регулярно мойте руки с жидким мылом минимум в течение 20 секунд или используйте дезинфицирующие средства, содержащие не менее 60% этилового спирта. Не прикасайтесь к глазам, носу и рту невымытыми руками.
2. При кашле или чихании прикрывайте рот и нос салфеткой или сгибом локтя. Сразу выкидывайте салфетку в контейнер для мусора с крышкой и обрабатывайте руки спиртосодержащим антисептиком или мойте их водой с мылом.
3. Поддерживайте чистоту в автомобиле, особо тщательно дезинфицируйте поверхности, к которым часто прикасаетесь – руль, выключатели, столешницы, ручки. Старайтесь чаще проветривать салон автомобиля.
4. Если Вы больны: необходимо носить и часто менять медицинскую маску для лица, особенно когда находитесь рядом с другими людьми (например, в автомобиле).
5. Старайтесь держаться от людей на расстоянии не менее 1 метра, особенно если у них или у Вас кашель, насморк и повышенная температура.
6. Если Вы почувствовали себя плохо, лучше оставайтесь дома до выздоровления, даже если у Вас легкие симптомы заболевания, например, головная боль или небольшой насморк. При появлении признаков недомогания, симптомов респираторных заболеваний или высокой температуры (38,5 °C и выше) оставайтесь дома и по возможности избегайте контактов с другими людьми. В случае ухудшения самочувствия, появления одышки или тяжести в грудной клетке, немедленно обратитесь к врачу по телефону.