

# Помогите замедлить распространение коронавирусной инфекции!

В мире распространяется новый коронавирус. Вирус вызывает заболевание под названием covid-19. Болезнь часто напоминает обычную простуду или грипп. Большинство заболевших переносят болезнь легко.

Советы, которые помогут защитить вас и других от заражения:

- Часто мойте руки с мылом и теплой водой в течение не менее 20 секунд.
- Если у вас нет возможности помыть руки – используйте спиртосодержащий дезинфектор для рук.
- Не прикасайтесь к глазам, носу или рту.
- Чихая и кашляя, прикрывайте рот и нос сгибом руки.
- Избегайте тесного контакта с больными людьми.
- Избегайте встреч с другими людьми, если вы сами больны или чувствуете легкие симптомы простуды.

Более подробная информация о коронавирусе и covid-19:

- Ищите информацию на сайте [krisinformation.se](http://krisinformation.se).
- Если вы не найдете информацию на [krisinformation.se](http://krisinformation.se), вы можете позвонить 113 13.
- Если вам нужна персональная медицинская консультация, позвоните по телефону 1177.
- На сайте [migrationsverket.se](http://migrationsverket.se) вы можете найти информацию о том, как коронавирус влияет на деятельность миграционной службы.