

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» без назначения врача. 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