

11 marca 2020



Zalecenia dotyczące profilaktyki zakażenia koronawirusem

Przedstawiamy zalecenia Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektora Sanitarnego dotyczące profilaktyki oraz postępowania w przypadku zachorowań związanych z zakażeniem koronawirusem.



MZ Ministerstwo Zdrowia **NFZ**

KORONAWIRUS powoduje gorączkę, kaszel, duszność, bóle mięśni i zmęczenie.

Przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania czy mówienia.

Jak zapobiegać zakażeniu?

-  Często myj ręce, używając mydła i wody.
-  Kiedy kaszlesz lub kichasz, **zakrywaj usta i nos**.
-  Zachowaj co najmniej **1 metr** odległości od osób, które kaszlą i kichają.
-  Jeśli wracasz z regionu, gdzie występuje koronawirus i **masz objawy** choroby lub miałeś **kontakt z osobą zakażoną**, powiadom telefonicznie o tym stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się do oddziału obserwacyjno-zakaźnego.

PAMIĘTAJ !!!

W przypadku kiedy istnieje podejrzenie zakażenia ale nie masz jeszcze objawów pozostań w domu, **unikaj kontaktu z innymi osobami** aby nie došlo do rozprzestrzenienia się wirusa.

Wszelkie wątpliwości dotyczące swojego stanu zdrowia wyjaśnij **TELEFONICZNIE** lub innymi metodami zdalnej konsultacji.

NIE ZGŁASZAJ SIĘ SAM DO PRZYCHODNI POZ (chyba, że zostaniesz o to poproszony w określonym terminie) **ani nie udawaj się do szpitala** bez wcześniejszego uzgodnienia gdzie masz się zgłosić i czy jest to potrzebne.

Jeden chory pacjent (**również Ty**) może być źródłem zakażenia wszystkich pozostałych osób w poczekalni!!!

Myj często ręce wodą z mydłem lub środkiem odkażającym na bazie alkoholu.
Unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust.
Zaklejaj usta i nos zgiętym ramieniem lub jednorazową chusteczką kiedy kaszlesz lub kichasz.
Nie zbliżaj się do osób chorych.

Infolinia NFZ
800 190 590
www.gov.pl/koronawirus

Przydatne informacje, aktualności oraz zalecenia dotyczące profilaktyki oraz postępowania w przypadku zachorowań związanych z zakażeniem koronawirusem, dostępne są na stronie internetowej [Ministerstwa Zdrowia](http://www.gov.pl).