

3 marca 2020



Zalecenia dotyczące profilaktyki zakażenia koronawirusem

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



The infographic features a light grey background with red decorative elements resembling virus particles in the corners. At the top left, it displays the logos for 'Maz' (Ministerstwo Zdravia), the Świętokrzyskie Voivodeship coat of arms, and 'NFZ'. The main text is in black, with key terms and warnings in red. A blue button highlights the section 'Jak zapobiegać zakażeniu?'. The right side includes a 'PAMIĘTAJ !!!' section with specific instructions and a large blue button at the bottom right containing the helpline number and website.

MZ Ministerstwo Zdravia **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 doszło 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