

KORONAWIRUS PROFILAKTYKA



CZĘSTO MYJ RĘCE

używając mydła i wody, jeśli nie masz do nich dostępu, stosuj płyn/żel z zawartością alkoholu (min. 60%)



PODCZAS KASZLU I KICHANIA ZAKRYJ USTA I NOS

chusteczką lub zgiętym łokciem – natychmiast wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce



ZACHOWAJ CO NAJMNIEJ 1 METR ODLEGŁOŚCI

między sobą i innymi ludźmi, szczególnie tymi, którzy kaszlą, kichają i mają gorączkę



UNIKAJ DOTYKANIA OCZU, NOSA I UST

skażone dłonie poprzez kontakt z różnymi powierzchniami, mogą przenieść wirusa z powierzchni na siebie i innych



PODRÓŻOWAŁEŚ DO KRAJÓW O WYSOKIEJ ZACHOROWALNOŚCI LUB MIAŁEŚ KONTAKT Z OSOBĄ ZAKAŻONĄ I MASZ OBJAWY SARS-CoV-2

powiadom telefonicznie o tym stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się do oddziału obserwacyjno-zakaźnego

Infolinia NFZ
800 190 590

KORONAWIRUS powoduje gorączkę, kaszel, duszności, bóle mięśni i zmęczenie