

Koronawirus

Wpisany przez Wicedyrektor

poniedziałek, 02 marca 2020 08:44 - Poprawiony poniedziałek, 02 marca 2020 20:35

Jeśli w ciągu ostatnich 14 dni byłeś w miejscu gdzie występuje
KORONAWIRUS
i zaobserwowałeś u siebie objawy, takie jak:
GORĄCZKA, KASZEL, DUSZNOŚĆ I PROBLEMY Z ODDYCHANIEM, to:
bezwzględnie powiadom **telefonicznie** stację sanitarno-epidemiologiczną
tel. _____
lub
w przypadku nasilonych objawów zadzwoń pod numer alarmowy 112
lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego – najbliższy oddział

ODDZIAŁ CHOROBY ZAKAŹNYCH
Szpital Wojewódzki w Szczecinie, ul. Koszalińska 53
94-077 44 33 343 lub (7) 44 23 044

ODDZIAŁ OBSERWACYJNO-ZAKAŹNY
Zespół Szpitali Uniwersyteckich w Poznaniu
ul. Bulwarów Włocławskich 94, tel. (77) 655 79 56

INFOLINIA NFZ W SPRAWIE KORONAWIRUSA – 800 190 590

PAMIĘTAJ !!!

W przypadku kiedy istnieje podejrzenie zakażenia **ale** nie masz jeszcze objawów pozostań
w domu, **unikaj kontaktu z innymi osobami** aby nie doszło do rozprzestrzeniania 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 pobliskiej okolicy!

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

  

MASZ OBJAWY 

 **GORĄCZKA**  **KASZEL**

 **DUSZNOŚĆ**  **PROBLEMY Z ODDYCHANIEM**

BEZWZŁOZNIE, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego

14 DNI **NIE MASZ OBJAWÓW**

przez kolejne **14 DNI** kontroluj swój stan zdrowia
CODZIENNIE mierz temperaturę

 **MIAŁEŚ KONTAKT Z OSOBĄ CHORĄ LUB ZAKAŻONĄ KORONAWIRUSEM**

BEZWZŁOZNIE telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną



Jak skutecznie myć ręce?

1. Zwilż ręce ciepłą wodą, nałóż mydło wปริมาณ w zgięcenie dłoni.
2. Rozprowadź je czubkami palców drugiej ręki.
3. Namydl obie wewnętrzne powierzchnie dłoni.
4. Spłóć palce i namydl je.
5. Namydl wewnętrzne powierzchnie jednej dłoni wgnęciem drugiej dłoni i na przemian.
6. Namydl krótkie drugą ręką i na przemian.
7. Namydl kciuki i palce.
8. Spłucz obie strony dłoni, łokcie, nadgarstki.
9. Spłucz obie strony dłoni, łokcie, nadgarstki.
10. Wytnij je starannie wycierając w papierowy ręcznik.
11. Zakreślaj krzyżem dłońmi przedramiona i nadgarstki, aby uniknąć ponownego zakażenia. Wytrzeć ręcznik do końca.

Pamiętaj:
Regularnie używaj kremu nawilżającego do rąk, aby uniknąć pełnienia naskórka.

Nie zapomnij umyć tych obszarów:

 **Całkowity czas: 15-30 sekund**

