„Chrońmy się przed COVID - 19”

Aby skutecznie chronić się przed zakażeniem korona wirusem warto

zapoznać się z wytycznymi podanymi przez Ministerstwo Zdrowia

oraz Główny Inspektorat Sanitarny.

Poniżej podany jest link na stronę opracowaną na podstawie danych ECDC

oraz WHO.

https://www.gov.pl/web/koronawirus

Chroń siebie i innych.

Załóż maskę

Myj ręce

Zachowaj bezpieczną odległość

Chroń siebie i osoby w Twoim środowisku, poznając fakty i podejmując odpowiednie środki ostrożności. Postępuj zgodnie z zaleceniami lokalnej stacji sanitarno-epidemiologicznej.

Aby zapobiec rozprzestrzenianiu się COVID-19:

Często myj ręce. Używaj wody z mydłem i środka dezynfekującego na bazie alkoholu.

Zachowaj bezpieczną odległość od osób kaszlących i kichających.

Noś maskę, gdy zachowanie odległości nie jest możliwe.

Nie dotykaj oczu, nosa ani ust.

Gdy kaszlesz lub kichasz, zakrywaj nos i usta wewnętrzną stroną łokcia lub chusteczką.

Jeśli źle się czujesz, zostań w domu.

Jeśli masz gorączkę, kaszel i trudności z oddychaniem, skontaktuj się z lekarzem.

Zadzwoń z wyprzedzeniem do świadczeniodawcy, aby szybko uzyskać skierowanie do właściwej placówki medycznej. Zapewni Ci to ochronę i zapobiegnie rozprzestrzenianiu się wirusów i innych czynników zakaźnych.

Maski

Maski mogą pomóc w zapobieganiu przenoszeniu wirusów z osoby noszącej maskę na inne. Same maski nie chronią przed COVID-19 – należy także zachowywać odległość od innych osób i dbać o higienę rąk. Postępuj zgodnie z zaleceniami lokalnej stacji sanitarno-epidemiologicznej.

Więcej informacji znajdziesz na who.int