

Informacje Ministerstwa Zdrowia na temat epidemii COVID-19

KORONAWIRUS

Przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania, ale również poprzez dotknięcie dłoni/oczu, nosa i ust. Objawy zakażenia **koronawirusem** to przede wszystkim wysoka **gorączka, duszność, kaszel, utrata węchu lub smaku**.

JAK ZAPOBIEGAĆ ZAKAŻENIU?

- Ciepło myj ręce** wodą z mydłem lub **dezynfekuj** je płynem na bazie alkoholu (min. 60%).
- Kaszel i kichanie **zakrywaj** usta i nos rękawem, rękawicami lub jednorazową chusteczką.
- Zachowuj co najmniej **1,5 metra** odległości od innych osób.
- Zachowaj **1,5 metra** odległości od innych osób.
- Przestrzegaj ograniczeń wynikających z przepisów o stanie epidemii.
- W przypadku **wystąpienia objawów charakterystycznych dla COVID-19**, skontaktuj się telefonicznie z lekarzem POZ lub w przypadkach zagrożenia zdrowia lub życia, niezwłocznie zadzwoń pod numer alarmowy 112 lub 999.

ZASADY KWARANTANNY w związku z koronawirusem

NA KOGO JEST NAKLADANA KWARANTANNA?

- Na osoby, które były w kontakcie z osobą zakażoną SARS-CoV-2
- Na osoby ekspozycyjnie zagrożone zakażeniem SARS-CoV-2 w miejscu zamieszkania

PRZEZ KOGO?

- Przez POZ w podziale terytorialnym
- Przez lekarza w przypadku zagrożenia zdrowia lub życia

NA JAK DŁUGO?

- 10 dni licząc od dnia wystąpienia objawów
- 10 dni licząc od dnia wystąpienia objawów

BĄDŹ ODPOWIEDZIALNY!

- Nie wychodź do sklepu czy urzędu.
- Nie odwiedzaj rodziny, przyjaciół, znajomych lub innych osób.
- Nie spotykaj się z innymi osobami.
- Zadbaj o częste mycie rąk.
- Dotyczykaj powierzchni, których często dotykasz: klamki, wyciskarki, uchwyty, słuchawki, itp.
- Monitoruj stan swojego zdrowia, mierz temperaturę ciała.

W przypadku wystąpienia gorączki, kaszlu, duszności, utraty węchu lub smaku skontaktuj się telefonicznie z lekarzem POZ. W przypadku zagrożenia życia zadzwoń pod numer alarmowy 112 lub 999.

Więcej informacji znajdziesz na www.gov.pl/koronawirus

Infolinia NFZ 800 190 590

www.gov.pl/koronawirus

STOP COVID Wspierajmy się

Więcej informacji na www.gov.pl/koronawirus

INFORMACJA DLA OBCOKRAJOWCÓW

Planujesz podróż do Polski? Przekraczając granicę RP, stanowiącą granicę zewnętrzną UE, musisz odbyć obowiązkową kwarantannę.

KWARANTANNA TRWA 10 DNI.

STOJĘ SIĘ W SZCZEGÓLNOŚCI DO NASTĘPUJĄCYCH ZASAD:

- Nie odwiedzaj rodziny, przyjaciół, znajomych lub innych osób.
- Nie wychodź do sklepu, urzędu, itp.
- Nie spotykaj się z innymi osobami.
- W przypadku wystąpienia objawów charakterystycznych dla COVID-19, skontaktuj się telefonicznie z lekarzem POZ lub w przypadkach zagrożenia zdrowia lub życia, niezwłocznie zadzwoń pod numer alarmowy 112 lub 999.

PAMIĘTAJ!

- Objawy i symptomy: gorączka, kaszel, duszność, utrata węchu lub smaku.
- Dotyczykaj powierzchni, których często dotykasz: klamki, wyciskarki, uchwyty, słuchawki, itp.
- Monitoruj stan swojego zdrowia, mierz temperaturę ciała.

Więcej informacji znajdziesz na www.gov.pl/koronawirus oraz www.strazgraniczna.pl/pl/cudzoziemcy

STOP COVID Wspierajmy się

Więcej informacji na www.gov.pl/koronawirus

INFORMACJA DLA OBCOKRAJOWCÓW

Planujesz podróż do Polski? Przekraczając granicę RP, stanowiącą granicę zewnętrzną UE, musisz odbyć obowiązkową kwarantannę.

KWARANTANNA TRWA 10 DNI.

STOJĘ SIĘ W SZCZEGÓLNOŚCI DO NASTĘPUJĄCYCH ZASAD:

- Nie odwiedzaj rodziny, przyjaciół, znajomych lub innych osób.
- Nie wychodź do sklepu, urzędu, itp.
- Nie spotykaj się z innymi osobami.
- W przypadku wystąpienia objawów charakterystycznych dla COVID-19, skontaktuj się telefonicznie z lekarzem POZ lub w przypadkach zagrożenia zdrowia lub życia, niezwłocznie zadzwoń pod numer alarmowy 112 lub 999.

PAMIĘTAJ!

- Objawy i symptomy: gorączka, kaszel, duszność, utrata węchu lub smaku.
- Dotyczykaj powierzchni, których często dotykasz: klamki, wyciskarki, uchwyty, słuchawki, itp.
- Monitoruj stan swojego zdrowia, mierz temperaturę ciała.

Więcej informacji znajdziesz na www.gov.pl/koronawirus oraz www.strazgraniczna.pl/pl/cudzoziemcy

STOP COVID Wspierajmy się

Więcej informacji na www.gov.pl/koronawirus

