

Objawy zakażenia **KORONAWIRUSEM** to przede wszystkim wysoka gorączka, duszność lub kaszel.

Wirus przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu i kichania, ale również poprzez dotykanie dłońmi oczu, nosa i ust.

Jak zapobiegać zakażeniu?



Często myj ręce, używając mydła i wody.



Kiedy kaszlesz lub kichasz, **zakrywaj usta i nos**.



Zachowaj co najmniej 2 metry odległości od osób, które kaszlą i kichają.



W przypadku wystąpienia **gorączki, kaszlu lub duszności**, w zależności od nasilenia objawów, **skontaktuj się telefonicznie z lekarzem POZ** lub niezwłocznie zadzwoń pod numer **alarmowy 112**. Możesz również skontaktować się z najbliższą stacją sanitarno-epidemiologiczną, szczególnie jeśli miałeś kontakt z osobą chorą lub podejrzaną o zakażenie.

PAMIĘTAJ !!!

Podejrzewasz, że masz koronawirusa, ale nie masz jeszcze objawów? **Zostań w domu, unikaj kontaktu z innymi osobami**, aby nie doszło do rozprzestrzeniania się wirusa.

Wszelkie wątpliwości dotyczące swojego stanu zdrowia wyjaśniaj **TELEFONICZNIE** lub innymi metodami zdalnej konsultacji.

NIE ZGŁASZAJ SIĘ SAM DO PRZYCHODNI POZ (chyba, że zostaniesz o to poproszony w określonym terminie) ani **nie idź do szpitala** bez wcześniejszego uzgodnienia gdzie masz się zgłosić i czy jest to potrzebne. Skorzystaj z **TELEPORADY**.

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 (co najmniej 60%).**
- **Unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust.**
- **Zasłaniaj usta i nos zgiętym ramieniem lub jednorazową chusteczką, kiedy kaszlesz lub kichasz.**
- **Zachowaj bezpieczną odległość, unikaj kontaktu z osobami chorymi.**

Infolinia NFZ

800 190 590

www.gov.pl/koronawirus