



**INFORMACJA DLA OSÓB POWRACAJĄCYCH Z CHIN,
Z PÓŁNOCNYCH WŁOCH, KOREI POŁUDNIOWEJ
oraz innych krajów dotkniętych epidemią
spowodowaną nowym koronawirusem SARS-CoV-2**

W ostatnich kilku tygodniach w Chinach, we Włoszech, Korei Południowej oraz innych krajach (aktualna lista krajów dostępna na stronach: www.who.int, www.ecdc.europa.eu, www.gis.gov.pl) wystąpiły zachorowania z objawami: gorączki, kaszlu, duszności i problemów z oddychaniem.

Jeśli byłeś w tych krajach w ciągu ostatnich 14 dni, w przypadku zaobserwowania u siebie ww. objawów bezzwłocznie, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się do oddziału zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.

Wszelkie informacje dla podróżujących dostępne są pod adresem gov.pl/koronawirus oraz na stronie gis.gov.pl

Główny Inspektor Sanitarny

Warszawa, 25.02.2020

OGRANICZ RYZYKO ZARAŻENIA KORONAWIRUSEM



MEDICOVER



Myj ręce wodą z mydłem albo dezynfekuj preparatem na bazie alkoholu.

Zastanij nos i usta w trakcie kaszlu czy kichania, najlepiej chusteczką jednorazową lub przedramieniem.



Unikaj bliskiego kontaktu z osobami wykazującymi objawy przeziębienia lub grypy.

Dokładnie gotuj mięso i jaja przed spożyciem.



Unikaj niezabezpieczonego kontaktu z żywymi dzikimi zwierzętami lub zwierzętami z fermy hodowlanej.

Źródło: WHO (23.01.2020)

Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spleć palce i namydl je.



4 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiem dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwie nadgarstki.



7 Spłucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wysusz je starannie.



**Całkowity czas:
30 sekund**

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



Główny Inspektorat Sanitarny



/GIS_gov



/GISgovpl



/GIS_gov_pl



/gis.gov.pl