

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 ZAKAŹNEJ
Szpital Specjalistyczny w Toruniu, ul. Kościelnego 53
94-101 Toruń, tel. (77) 44 33 343 lub (77) 44 33 344

ODDZIAŁ OBSERWACYJNO-ZAKAŹNY
Zespół Szpitali Uniwersyteckich w Toruniu
ul. Bulwarów Włocławskich 34, tel. (77) 468 79 58

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 (**rowniez Ty**) może być źródłem zakażenia wszystkich pozostałych, osób w pobliskiej!!!

- Mij często ręce wodą z mydłem lub środkiem odkażającym na bazie alkoholu.
- Unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust.
- Zasłaniaj 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** 

BEZZWŁOCZNIE, 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

BEZZWŁOCZNIE telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną





Jak skutecznie myć ręce?

- 1 Zwiłż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło dokładnie w zagłębienie dłoni.
- 2 Rozprowadź je czyszczeniem palców drugiej ręki.
- 3 Namydl wewnętrzne powierzchnie dłoni.
- 4 Namydl kciuk wewnętrznej strony jednej dłoni wewnętrzną stroną drugiej dłoni i na przemian.
- 5 Namydl kciuk zewnętrznej strony jednej dłoni wewnętrzną stroną drugiej dłoni i na przemian.
- 6 Namydl między palcami.
- 7 Namydl kciuk drugiej dłoni wewnętrzną stroną pierwszej dłoni i na przemian.
- 8 Namydl kciuk pierwszej dłoni wewnętrzną stroną drugiej dłoni i na przemian.
- 9 Wymasz je starannie wycierając w palcowy wyłot.
- 10 Zakreślaj krąg dotykaj do siebie palcowy wyłot jednej ręki, aby umyć wewnętrzne zakamarki. Wymaż rączki do końca.

Pamiętaj:
Regularnie używaj kremu nawilżającego do rąk, aby zmniejszyć podrażnienia.

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



 **Całkowity czas: 15-30 sekund**