

## **INFORMACJA GŁÓWNEGO INSPEKTORA SANITARNEGO DLA OSÓB POWRACAJĄCYCH Z PÓŁNOCNYCH WŁOCH**

(Opracowano na podstawie danych ECDC oraz WHO)

*Warszawa, 24.02.2020 r.*

**W ostatnich kilku dniach na obszarze północnych Włoch (regiony Lombardia, Wenecja Euganejska, Piemont, Emilia Romagna, Lacjum) obserwuje się rosnącą liczbę zakażeń koronawirusem SARS-CoV-2.**

**Jeśli byłeś w Północnych Włoszech w ciągu ostatnich 14 dni i:**

**1) zaobserwowałeś u siebie objawy, takie jak: gorączka, kaszel, duszność i problemy z oddychaniem to:**

- . **bezzwłocznie, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną**
- . **lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.**

**2) nie zaobserwowałeś u siebie wyżej wymienionych objawów, to przez kolejne 14 dni kontroluj swój stan zdrowia, czyli codziennie mierz temperaturę ciała oraz zwróć uwagę na występowanie objawów grypopodobnych (złe samopoczucie, bóle mięśniowe, kaszel).**

**a) Jeżeli po 14 dniach samoobserwacji nie wystąpiły wyżej wymienione objawy, zakończ kontrolę.**

**b) Jeżeli w ciągu 14 dni samoobserwacji zaobserwujesz wyżej wymienione objawy to:**

- · **bezwłocznie, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną**
- · **lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.**

**3) miałeś kontakt z osobą chorą lub zakażoną koronawirusem SARS-CoV-2 to bezwłocznie, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną.**

**Na chwilę obecną, nie ma uzasadnienia dla podejmowania nadmiernych działań typu kwarantannowanie osób powracających z regionów Północnych Włoch, odmawianie udziału w zajęciach szkolnych oraz zamykanie szkół.**

Niezbędne jest także przestrzeganie zasad higieny w tym: częste mycie rąk wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości, np. podczas podróży, ich dezynfekcja środkiem na bazie alkoholu.

**Instrukcja jak poprawnie i skutecznie myć ręce znajduje się poniżej.**

Ze względu na obecnie wysoką aktywność grypy sezonowej w krajach Półkuli Północnej należy pamiętać o zaszczepieniu się przeciw grypie sezonowej.

Infolinia w zakresie informacji o postępowaniu w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem - dostępna przez całą dobę pod numerem **800 190 590**.

# 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 obydwa nadgarstki.



**7** Splucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wysusz je starannie.



**Całkowity czas:  
30 sekund**

**Nie zapomnij umyć tych obszarów**

