

ZÁKLADNÍ OPATŘENÍ K PREVENCI ŠÍŘENÍ ONEMOCNĚNÍ KORONAVIREM (COVID-19)

CO MŮŽE UDĚLAT KAŽDÝ Z NÁS

- ✓ Často si myjte ruce vodou a mýdlem, a to zejména po použití toalety, před přípravou pokrmů a jejich konzumací, po smrkání, kašláním, kýčání, po návštěvě zdravotnického zařízení, po manipulaci s penězi, po příchodu domů z venku.
- ✓ Nedotýkejte se očí, nosu a úst neumytýma rukama.
- ✓ Vyhněte se úzkému kontaktu (do 2 m) s osobami, které mají příznaky respirační infekce.
- ✓ Zůstaňte doma, pokud máte příznaky i mírné respirační infekce.
- ✓ Při příznacích respirační infekce dodržujte respirační etiketu, tj. zakrývejte si ústa a nos při kašláním a kýčání papírovým kapesníkem, který po použití odhodte do odpadu. Nemáte-li kapesník, použijte předloktí.
- ✓ Pokud máte teplotu, kašel a potíže s dýcháním, zůstaňte doma a telefonicky kontaktujte svého praktického lékaře. Lékaři sdělte, zda jste v posledních 14 dnech před prvními příznaky onemocnění cestoval v oblasti s výskytem koronaviru nebo zda jste byl v kontaktu s nemocných koronavirem.
- ✓ Nejsou důkazy o tom, že by chirurgické ústenky chránily zdravé osoby před infekcí. Ústenky jsou vhodné pro osoby, které mají příznaky respirační infekce k zamezení šíření na ostatní osoby.

Aktualizováno ke dni 28.2.2020

Krajská hygienická stanice Libereckého kraje se sídlem v Liberci
Husova 64, 460 31 Liberec 1, P.O.Box 141, tel. 485 253 111, sekretariat@khslibc.cz

Infolinka KHS LK k problematice výskytu koronaviru 485 253 111

– odtud budete přepojeni na k tomuto účelu vyhrazenou
aktuálně volnou linku – odborníka, lékaře

Provozní doba: Po, St: 7:30–17:00, Út, Čt: 7:00–15:00, Pá: 7:00–14:30

mimo provozní dobu KHS LK

je k dispozici Infolinka SZÚ denně na čísle: 724 810 106 a 725 191 367

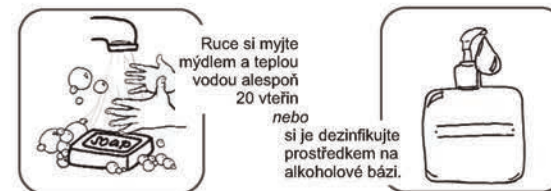
Zastavte šíření mikrobu, díky kterým můžete onemocnět!

Zakrývejte si ústa



Myjte si ruce

po kašli nebo kýčání.





JAK SI SPRÁVNĚ MÝT RUCI

Zpracováno s využitím publikace „SVĚTOVÁ ZDRAVOTNICKÁ ORGANIZACE: Směrnice SZO Hygiena rukou ve zdravotnictví: Souhrn. Praha: Ministerstvo zdravotnictví České republiky, 2011.“



Vydal Státní zdravotní ústav Praha za finanční podpory MZ ČR v rámci projektu „Významné dny ve zdravotnictví v kontextu podpory zdraví“. NPZ-PPZ 2017. Praha, 2017.

Grafické zpracování Daniella Sladká, ARGÍ, spol. s r.o.