

PROFILAKTYKA ZARAŻENIA KORONAWIRUSEM

Przedstawiamy zasady właściwego postępowania wobec sytuacji wzrastającego ryzyka zarażenia się koronawirusem

Szczególłą ostrożność należy zachować, gdy:

1. dostrzeżasz u siebie objawy grypopodobne (kaszel, trudności w oddychaniu, temperatura ciała podwyższona do 38 stopni i więcej),
2. istnieje możliwość, że w ciągu ostatnich 2 tygodni miałeś kontakt z osobą zakażoną lub będącą pod obserwacją w wyniku podejrzenia zakażenia (np. w placówce opieki zdrowotnej, gdzie prowadzone jest leczenie COVID-19).

W przypadku wystąpienia wymienionych powyżej okoliczności należy niezwłocznie udać się do szpitalnego oddziału zakaźnego lub oddziału ratunkowego.

Informacja o koronawirusie

Koronawirus jest przenoszony drogą kropelkową – zarówno bezpośrednio (poprzez kaszel lub kichanie), jak i pośrednio (poprzez skażone wydzielinę oddechową przedmioty i powierzchnie).

Wirus przestaje być aktywny po kilku lub kilkunastu godzinach i nie ma zdolności do przetrwania poza organizmem człowieka.

Podstawowe środki ochronne przeciwko koronawirusowi wywołującemu chorobę COVID-19

Częsta dezynfekcja rąk przy pomocy podstawowych środków czystości (mydło) oraz specjalnych płynów/żeli odkażających, wykonanych na bazie alkoholu (m.in. 60%). Koronawirus nie jest odporny na działanie detergentów, więc można go zneutralizować dzięki ich zastosowaniu. Jeśli nie masz możliwości oczyszczenia dłoni, unikaj dotykania oczu, nosa i ust.

Dbaj o dodatkowe **środki ostrożności w miejscach publicznych**. Należy zachować **bezpieczną odległość** (min. 1 metr) od innych ludzi, w szczególności jeśli wykazują objawy chorobowe (kaszel, kichanie itp.). Zaskaniaj usta i nos chusteczką higieniczną lub zgiętym łokciem w czasie np. kichania, by zapobiec rozprzestrzenianiu się drobinek śliny.

Pomocne mogą być również maseczki zakrywające usta i nos. Należy jednak pamiętać, że nie stanowią one środka gwarantującego zdrowie, a skuteczność profilaktyki wymaga równoległego stosowania również innych środków ochronnych (wspomnianego regularnego oczyszczania rąk, zasad właściwego kichania i kaszłania itp.) Maski nie są zalecane jako środek zapobiegawczy dla zdrowych ludzi w odniesieniu do koronawirusa.

Obniżona odporność zwiększa ryzyko zachorowania, więc jeśli masz łagodne objawy chorobowe, a Twoja aktywność nie wskazuje na możliwość wystąpienia koronawirusa (np. nie podróżowałeś do krajów o podwyższonym stopniu zachorowalności), zostań w domu aż do czasu powrotu do zdrowia.

Oddziały zakaźne w województwie śląskim

1. Bytom – Szpital Specjalistyczny Nr 1 w Bytomiu, Oddział Obserwacyjno-Zakaźny i Hepatologii, Al. Legionów 49.
2. Chorzów – Szpital Specjalistyczny w Chorzowie, Oddział Obserwacyjno-Zakaźny, Hepatologii Zakaźnej i Nabytych Niedoborów Odporności Kliniczny, ul. Zjednoczenia 10.
3. Cieszyn – Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Cieszynie, Oddział Obserwacyjno-Zakaźny, ul. Bielska 4.
4. Częstochowa – Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. N.M.P., Oddział Obserwacyjno-Zakaźny, ul. Polskiego Czerwonego Krzyża 7.
5. Racibórz – Szpital Rejonowy im. Dr. Józefa Rostka w Raciborzu, Oddział Obserwacyjno-Zakaźny, ul. Gamowska 3.
6. Tychy – Megrez Sp. z o.o., Oddział Obserwacyjno-Zakaźny, ul. Edukacji 102.
7. Zawiercie – Szpital Powiatowy w Zawierciu, Oddział Obserwacyjno-Zakaźny z Pododdziałem Skórno-Wenerologicznym, ul. Miodowa 14.

Szczegółowe informacje dostępne są na stronach internetowych Ministerstwa Zdrowia www.gov.pl/zdrowie i Głównego Inspektoratu Sanitarnego www.gis.gov.pl

W celu uzyskania informacji dotyczących postępowania w sytuacji zakażenia nowym koronawirusem należy skontaktować się poprzez infolinię (800 190 590) z Narodowym Funduszem Zdrowia.

Opracowanie powstało na bazie materiałów Głównego Inspektoratu Sanitarnego i Ministerstwa Zdrowia.

