

MEGELŐZÉSI TANÁCSOK

cseppfertőzéssel történő vírusok ellen

Mint talán Ön is hallott róla a 2019 végén Wuhanban (Kína) kialakult tüdőgyulladás-járvány háttérében egy új koronavírust azonosítottak, mely **2019- nCoV** néven ismert. A betegség emberről-emberre cseppfertőzéssel és fertőzött váladékokkal terjed. Jelen ismereteink szerint a lappangási idő átlagosan 7 nap (2-12 nap) és valószínűsíthetően a fertőzött személy már ekkor is fertőzőképes.

A fertőzés kialakulásának kockázata az alábbi egyszerű higiénés rendszabályok alkalmazásával csökkenthető!

I. KÉZMOSÁS, KÉZFERTŐTLENÍTÉS	<u>Kézmosás gyakran</u>, minimum 20 másodpercig, meleg folyóvízzel és folyékony szappannal kézfejre, csuklóra, az ujjak közötti részre, körmökre is kiterjedően: <ul style="list-style-type: none">- tüsszentés, köhögés, orrfújás után- toalett használatot követően- étkezés előtt, ételkészítés előtt, alatt, után- tömegközlekedés, vásárlás után- szennyezett, gyakran érintett felületek (pl. kapcsolók, kilincsek) érintését követően- állatok gondozása után Ha a kéz láthatóan nem szennyezett, használjon gyakran alkohol alapú <u>VIRUCID kézfertőtlenítőszer</u>t, mely zsebben hordható, gyógyszerárban, boltokban kapható
II. KÖHÖGÉS, TÜSSZENTÉS	Papírzsebkendőt teríteni az orra-szájra és egyszeri használat után zárt hulladékgyűjtőbe dobni vagy eldobásig zárt tasakba, utána kezét mosni Zsebkendő hiánya esetén könyökhajlatba tüsszentseni, köhögni
III. ÉRINTÉS	Kerüljük a szem, orr, száj érintését, a kézfogásokat, puszikat
IV. SZELLŐZTETÉS	Zárt helyiségek gyakori szellőztetése
V. EMBEREK KERÜLÉSE	Zsúfolt helyek kerülése Lázás, köhögő személyek kerülése Lázasan, köhögve emberek kerülése Orr-szájmaszk viselése, ha betegek vagyunk: egyszer feltenni, egyszer levenni, közben nem piszkálni, jól illeszkedjen, mobilozásnál sem levenni
KORONAVÍRUS - INFORMÁCIÓS VONAL	 06 80 277 455 06 80 277 456

Amennyiben Ön vagy hozzátartozója köhög, lázas és 14 napon belül korona vírussal fertőzött területen járt vagy ilyen beteggel találkozott azonnal forduljon orvoshoz!

Készítette: Tolna Megyei Kormányhivatal Népegészségügyi Főosztály