

Informacja Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Jaśle o postępowaniu w przypadku podejrzenia zakażenia koronawirusem SARS-CoV-2



Jeśli byłeś w rejonach gdzie obserwuje się rosnącą liczbę zakażeń koronawirusem SARS-CoV-2 w ciągu ostatnich 14 dni to dokonaj wstępnej oceny swojego stanu zdrowia na podstawie poniższych kryteriów.

Zaobserwowałeś u siebie co najmniej jeden z wymienionych objawów klinicznych **oraz** spełniłeś co najmniej jedno z kryteriów epidemiologicznych zgłoś się bezpośrednio na **oddział obserwacyjno-zakaźny Specjalistycznego Szpitala w Jaśle** gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.

Nie zaobserwowałeś u siebie poniżej wymienionych objawów, a mogłeś mieć kontakt z osobą zakażoną skontaktuj się **telefonicznie** z Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w Jaśle

tel. **013 446-30-08 wew. 25** – w godzinach od 7.30 – 15.00

tel. alarmowy **0 500 544 035** – w weekendy i po godzinie 15.00

A) Kryteria kliniczne

- gorączka,
- kaszel,
- duszność.

B) Kryteria epidemiologiczne

- bliski kontakt z osobą, u której stwierdzono zakażenie SARS-CoV-2 (kontakt z przypadkiem potwierdzonym lub prawdopodobnym). Jako bliski kontakt należy rozumieć:
 1. zamieszkiwanie z przypadkiem COVID-19
 2. bezpośredni kontakt fizyczny z przypadkiem COVID-19 (np. podanie ręki),
 3. bezpośredni kontakt bez zabezpieczania z wydzielinami osoby z COVID-19 (np. dotykanie użytej chusteczki higienicznej, narażenie na kaszel osoby chorej)
 4. przebywanie w bezpośredniej bliskości (twarzą w twarz) osoby chorej, w odległości mniejszej niż 2 m przez ponad 15 minut
 5. przebywanie w tym samym pomieszczeniu co osoba chora COVID-19 w odległości mniejszej niż 2 m przez co najmniej 15 minut (np. klasie, poczekalni szpitala/przychodni, sali konferencyjnej)
 6. personel medyczny lub inna osoba bezpośrednio opiekująca się chorym z COVID-19 lub osoba pracująca w laboratorium bezpośrednio z próbkami osób chorych na COVID-19 bez odpowiedniego zabezpieczania lub w przypadku gdy doszło do uszkodzenia stosowanych środków ochrony osobistej
 7. kontakt na pokładzie samolotu i innych zbiorowych środków transportu obejmujący osoby zajmujące dwa miejsca (w każdym kierunku) od osoby z COVID-19, osoby towarzyszące w podróży lub sprawujące opiekę, członkowie załogi obsługujący sekcję, w której znajduje się chory (w przypadku ciężkich objawów u osoby z COVID-19 lub jej przemieszczania się za bliski kontakt należy uznać wszystkich pasażerów znajdujących się w sekcji lub na pokładzie środka transportu)
- podróżowałeś/przebywałeś w regionie, w którym podejrzewa się utrzymującą się szeroko rozpowszechnioną transmisję COVID-19³
- powróciłeś z obszaru, w którym podejrzewa się lokalną lub o małym stopniu rozpowszechnienia transmisję COVID-19³ i stan kliniczny został oceniony przez lekarza jako wymagający diagnostyki w kierunku COVID-19.

Informujemy, że została uruchomiona całodobowa infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia czynna 7 dni w tygodniu. Dzwoniąc pod wskazany numer telefonu można uzyskać informacje dot. postępowania w przypadku podejrzenia zakażenia koronawirusem. **Tel. 800 190 590**

³ Codzienne informacje o krajach/regionach z utrzymującą się transmisją COVID-19 są dostępne pod linkiem: <https://www.ecdc.europa.eu/en/areas-presumed-ongoing-community-transmission-2019-ncov>

Profilaktyka

W związku z dużym ryzykiem dalszego rozprzestrzeniania się nowego koronawirusa SARS-CoV-2 wirusa na całym świecie przypominamy o podstawowych zasadach profilaktyki zakażeń.

1. dbaj przede wszystkim o higienę rąk, gdyż jest to klucz do zapobiegania infekcjom, także tym wywoływanym przez koronawirusy; zatem jak najczęściej myj ręce wodą z mydłem przez co najmniej 20 sekund (zwłaszcza przed jedzeniem, po skorzystaniu z toalety, po przyjeździe do domu czy pracy, po kontakcie ze zwierzętami, kiedy ręce są widocznie zabrudzone, po kaszlu lub kichnięciu, podczas opieki nad chorymi)

Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Natóż 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 drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwie nadgarstki.



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



**Całkowity czas:
30 sekund**

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



Główny Inspektorat Sanitarny



/GIS_gov



/GISgovpl



/GIS_gov_pl



/gjs.gov.pl

2. jeśli mydło i woda nie są dostępne, dezynfekuj ręce korzystając z preparatów odkażających, które zawierają co najmniej 60 proc. alkoholu
3. podczas kaszlu i kichania zakrywaj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką (natychmiast wyrzuć ją do kosza i umyj ręce lub zastosuj płyn dezynfekcyjny)
4. ponieważ wirusy najczęściej przedostają się do ludzkiego ciała przez oczy, nos i usta unikaj ich dotykania niemytymi rękami
5. zadbaj o czystość
6. unikaj bliskiego kontaktu z każdym, kto ma gorączkę i kaszel
7. unikaj odwiedzania zatłoczonych miejsc
8. dbaj o ogólną odporność (nie przemęczaj organizmu; pij dużo wody; śpij minimum 8 godzin; uprawiaj aktywność fizyczną np. bieganie, rower, spacer; zdrowo się odżywiaj; ogranicz używki)