**Stan zagrożenia epidemicznego Polsce – numery telefonów**

W Dzienniku Ustaw zostało opublikowane *Rozporządzenie ministra zdrowia z dnia 13 marca 2020 r. w sprawie ogłoszenia na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej stanu zagrożenia epidemicznego* (Dz. U 2020 poz. 433). Przewiduje ono, że od 14 marca 2020 r. do odwołania na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej ogłasza się stan zagrożenia epidemicznego w związku z zakażeniami koronawirusem SARS-CoV-2.

W załączeniu przypominamy ważne informacje dotyczące koronawirusa oraz numery telefonów w przypadku wystąpienia niepokojących objawów, tj. gorączka, kaszel, duszność i problemów z oddychaniem.







**Komunikat dla mieszkańców powiatu kolskiego**

**PSSE KOLO**

 28 LUTY 2020

**KOMUNIKAT**

**DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU KOLSKIEGO**

OSOBY, KTÓRE MIAŁY BLISKI KONTAKT- CZYLI DŁUŻSZY NIŻ 15 MINUT – Z OSOBĄ Z POTWIERDZONĄ INFEKCJĄ WYWOŁANĄ PRZEZ KORONAWIRUSA SARS-CoV-2 ORAZ MAJĄCE GORĄCZKĘ (> 38˚C), KASZEL, DUSZNOŚĆ POWINNY ZADZWONIĆ DO POWIATOWEJ STACJI SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNEJ W KOLE, GDZIE UZYSKAJĄ WSZYSTKIE NIEZBĘDNE INFORMACJE DOTYCZĄCE DALSZEGO POSTĘPOWANIA.

**TELEFON ALARMOWY 695 426 274 PSSE W KOLE DOSTĘPNY CAŁĄ DOBĘ.**

JAK NALEŻY ZABEZPIECZYĆ SIĘ PRZED ZAKAŻENIEM:

- UNIKAĆ SKUPISK LUDZKICH

- MYĆ CZĘSTO RĘCE WODĄ Z MYDŁEM

- ZASŁANIAĆ KASZEL PRZEDRAMIENIEM LUB CHUSTECZKĄ JEDNORAZOWĄ, KTÓRĄ NALEŻY WYRZUCIĆ DO KOSZA.



Jak ustrzec się zakażenia wirusem - ZALECENIA

 PSSE KOLO  26 LUTY 2020

**ZALECENIA**

**Często myj ręce**Często myj ręce używając mydła i wody, a jeśli nie masz do nich dostępu, używaj płynów/żeli na bazie alkoholu (min. 60%).
**Dlaczego?** Mycie rąk ww. metodami zabija wirusa, jeśli znajduje się on na rękach.

**Stosuj odpowiednie zasady ochrony podczas kaszlu i kichania**Podczas kaszlu i kichania zakryj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – natychmiast wyrzuć chusteczkę do zamkniętego kosza i umyj ręce używając mydła i wody, a jeśli nie masz do nich dostępu – płynów/żeli na bazie alkoholu (min. 60%).

**Dlaczego?** Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazków i wirusów. Jeśli kichasz lub kaszlesz w dłonie, możesz zanieczyścić przedmioty lub dotykane osoby.

**Zachowaj bezpieczną odległość**
Zachowaj co najmniej 1 metr odległości między sobą a innymi ludźmi, szczególnie tymi, którzy kaszlą, kichają i mają gorączkę.

**Dlaczego?** Gdy ktoś zarażony wirusem powodującym chorobę układu oddechowego, taką jak COVID-19, kaszle lub kicha, wydala pod ciśnieniem małe kropelki śliny i śluzu zawierające wirusa. Jeśli jesteś zbyt blisko, istnieje ryzyko, że możesz wdychać wirusa.

**Unikaj dotykania oczu, nosa i ust
Dlaczego?** Dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być skażone wirusem. Jeśli dotkniesz oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, możesz przenieść wirusa z powierzchni na siebie.

**Jeśli masz gorączkę, kaszel, trudności w oddychaniu, zasięgnij pomocy medycznej**Jeśli masz gorączkę, kaszel, trudności w oddychaniu, zasięgnij pomocy medycznej zgodnie z  informacją zamieszczoną na stronie Ministerstwa Zdrowia <https://www.gov.pl/web/zdrowie>
**Dlaczego?** Objawy ze strony układu oddechowego z towarzyszącą gorączką mogą mieć wiele przyczyn np. wirusową (wirusy grypy, adenowirusy, rynowirusy,  koronawirusy, wirusy paragrypy) czy bakteryjną (pałeczka *Haemophilus influenzae*a, pałeczka krztuśca, chlamydia, mykoplazama).

**Jeśli masz łagodne objawy ze strony układu oddechowego i nie podróżowałeś do Chin**Jeśli masz łagodne objawy ze strony układu oddechowego i nie podróżowałeś do Chin, pamiętaj
o stosowaniu podstawowych zasad ochrony podczas kaszlu, kichania oraz higieny rąk i pozostań w domu do czasu powrotu do zdrowia, jeśli to możliwe.

**Chroń siebie i innych przed zachorowaniem**

**Nie zaleca się używania masek na twarz przez zdrowych ludzi w celu zapobieżenia rozprzestrzenianiu się SARS-Cov-2**

Noszenie maseczki zasłaniającej usta i nos może pomóc ograniczyć rozprzestrzenianie się niektórych chorób układu oddechowego.  Jednak stosowanie samej maseczki nie gwarantuje powstrzymania infekcji i powinno być połączone ze stosowaniem innych środków zapobiegawczych, w tym higieną rąk i zasadami ochrony podczas kaszlu czy kichania (patrz wyżej) oraz unikaniem bliskiego kontaktu
z innymi ludźmi (co najmniej 1 metr odległości).

Światowa Organizacja Zdrowia doradza racjonalne stosowanie maseczek.

Używaj **maseczek tylko wtedy, gdy masz objawy ze strony układu oddechowego (kaszel lub kichanie), podejrzewasz u siebie infekcję SARS-Cov-2 przebiegającą z łagodnymi objawami lub opiekujesz się osobą z podejrzeniem infekcji SARS-Cov-2.**

Podejrzenie zakażenie SARS-Cov-2 jest powiązane:

– z podróżowaniem po obszarze Chin, w którym zgłoszono przypadki zakażenia SARS-Cov-2,
lub
– bliskim kontaktem z kimś, kto podróżował po Chinach i ma objawy ze strony układu oddechowego.

**Europejskiego Centrum Zapobiegania i Kontroli Chorób (ECDC)**ocenia, iż**ryzyko zakażenia**SARS-CoV-2 dla obywateli UE/EOG i Wielkiej Brytanii przebywających w Europie jest obecnie **niskie.**