

## **PROCEDURA POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU STWIERDZENIA CHORÓB ZAKAŹNYCH I PASOŻYTNICZYCH W SZKOLE PODSTAWOWEJ W GOLINIE**

### **Podstawa prawna**

1. Dyrektor szkoły lub placówki jest kierownikiem zakładu pracy w rozumieniu Kodeksu pracy, **wykonuje zadania związane z zapewnieniem bezpieczeństwa** uczniom i nauczycielom w czasie zajęć organizowanych przez szkołę lub placówkę. (Art. 68 ust. 1 pkt 6 i ust. 5 ustawy z dnia 14 grudnia 2016 roku – Prawo oświatowe – Dz. U. 2019 r., poz. 1148, z późn. zm.).
2. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U.1991 r. art. 39 ust.1 pkt 3.)
3. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dn. 28 sierpnia 2009 r w sprawie organizacji profilaktycznej opieki zdrowotnej nad dziećmi i młodzieżą (Dz.U.Nr 139, poz.1133)
4. Zapewnienie w szkołach **cieplej i zimnej bieżącej wody oraz środków higieny osobistej**, a urządzenia sanitarnohigieniczne utrzymywane są w **czystości** - § 8 rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach

### **Cel**

1. Procedura ma zapewnić higieniczne warunki pobytu dzieci w Szkole oraz chronić przed rozprzestrzenieniem się chorób zakaźnych i pasożytniczych w placówce.
2. Celem niniejszej procedury jest ustalenie zasad postępowania w przypadku wystąpienia chorób zakaźnych i pasożytniczych oraz ustalenie planów higieny w Szkole tak, aby zdrowe dzieci nie były narażane na niebezpieczeństwo zarażenia się od dziecka chorego lub ustalenie działań, które zminimalizują to ryzyko.

### **Zakres procedury**

Procedura dotyczy postępowania w przypadku stwierdzenia wszawicy, świerzbu lub innej choroby zakaźnej w Szkole Podstawowej w Golinie.

## Uczestnicy postępowania – zakres odpowiedzialności

1. **Rodzice (opiekunowie prawni):** muszą mieć świadomość konieczności monitorowania na bieżąco czystości skóry głowy oraz ciała własnego dziecka.  
W przypadku stwierdzenia wystąpienia u dziecka choroby zakaźnej, **rodzice/prawni opiekunowie zobowiązani są do poinformowania dyrektora Szkoły o zachorowaniu dziecka.**
2. **Nauczyciele:** zobowiązani są do natychmiastowego zgłaszania dyrektorowi szkoły sygnałów dotyczących pojawienia się podejrzenia chorób w placówce.
3. **Pracownicy obsługi:** winni zgłosić swoje podejrzenia, co do wystąpienia choroby zakaźnej w danej grupie lub klasie nauczycielowi, bądź dyrektorowi.
4. **Dyrektor:** jest zobowiązany do zapewnienia dzieciom higienicznych warunków pobytu w szkole, a pracownikom higienicznych warunków pracy.

## Objawy, leczenie, profilaktyka i zapobieganie

1. Wszawica i świerzb – *Załącznik nr 1*
2. Stanowisko Departamentu Matki i Dziecka w Ministerstwie Zdrowia - *Załącznik nr 2*
3. Koronawirus - co musisz wiedzieć? Informacja Ministerstwa Zdrowia – *Załącznik nr 3*

## Opis procedury

1. Aby zapewnić higieniczne warunki pobytu dzieci i młodzieży w szkole oraz chronić przed rozprzestrzenianiem się wszawicy i świerzbu w placówce, zobowiązuje się:
  - a) **rodziców/opiekunów prawnych** do regularnego monitorowania czystości skóry i głowy dziecka
  - b) **nauczycieli** do niezwłocznego zgłaszania dyrektorowi wszystkich informacji dotyczących pojawienia się objawów zakażenia wszawicą lub świerzbem u podopiecznych, które zauważyli lub o których dowiedzieli się od rodziców/opiekunów prawnych;oraz do:

pozyskania na początku roku szkolnego klasy I pisemnej zgody rodziców na objęcie dziecka opieką profilaktyczną (co jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na dokonanie w przypadku uzasadnionym przeglądu czystości skóry dziecka). Rodzice lub opiekunowie dziecka winni być powiadomieni o terminie planowanej kontroli higienicznej np. poprzez wysłanie stosownej informacji poprzez e-dziennik..

  - c) **pracowników obsługi** do niezwłocznego zgłaszania dyrektorowi podejrzeń co do wystąpienia wszawicy lub świerzbu w danej grupie lub klasie;

2. W przypadku wystąpienia choroby pasożytniczej na terenie placówki:
  - a) **dyrektor** zarządza dokonanie przez osobę upoważnioną (pielęgniarka szkolna) kontroli czystości skóry i głowy wszystkich dzieci w grupie lub klasie, z zachowaniem zasady intymności (kontrola indywidualna w wydzielonym pomieszczeniu).
  - b) **nauczyciel zawiadamia rodziców dzieci**, u których stwierdzono wszawicę o konieczności podjęcia niezwłocznie zabiegów higienicznych skóry głowy.  
W przypadku stwierdzenia świerzbu konieczna jest wizyta u lekarza w związku z tym rodzic/opiekun jest zobowiązany do niezwłocznego odebrania dziecka ze szkoły i podjęcia leczenia.
  - c) **nauczyciel zapoznaje rodziców ze sposobem działań**, informuje też o konieczności poddania się kuracji wszystkich domowników i monitoruje skuteczność działań, jednocześnie informuje dyrektora o wynikach kontroli i skali zjawiska.
  - d) **dyrektor lub upoważniona osoba** niezwłocznie powiadamia innych rodziców o wystąpieniu przypadku choroby pasożytniczej, z zaleceniem codziennej kontroli czystości głowy i skóry dziecka oraz czystości skóry i głów domowników w celu prowadzenia jednolitej współpracy w działaniach na linii pracownicy placówki – rodzice (prawni opiekunowie).
  - e) **w trakcie leczenia dziecko powinno pozostać w domu**, żeby zapobiec przenoszeniu się pasożyta na inne dzieci. Dziecko wraca do szkoły po zakończeniu leczenia.
  - f) **rodzice (opiekunowie prawni) dziecka**, po przebytej chorobie pasożytniczej (jeśli zaistnieje taka potrzeba), zobowiązani są do dostarczenia zaświadczenia lekarskiego, że dziecko jest zdrowe i może uczęszczać do szkoły.
  - g) **Pielęgniarka szkolna** po upływie 7 – 10 dni kontroluje stan czystości skóry głowy dzieci po przeprowadzonych zabiegach higienicznych przez rodziców.
  - h) w sytuacji stwierdzenia nieskuteczności zalecanych działań, nauczyciel zawiadamia o tym dyrektora w celu podjęcia bardziej radykalnych kroków (zawiadomienie ośrodka pomocy społecznej o konieczności wzmocnienia nadzoru nad realizacją funkcji opiekuńczych przez rodziców dziecka oraz udzielenia potrzebnego wsparcia).
3. Działania profilaktyczne związane z potencjalnym ryzykiem zakażenia wirusem typu COVID-19:
  - a) zapewnienie uczniom, nauczycielom i pracownikom dostępu do bieżącej ciepłej i zimnej wody, mydła w płynie oraz jednorazowych ręczników papierowych
  - b) zachowanie bieżącej czystości pomieszczeń higieniczno-sanitarnych
  - c) dezynfekcja klamek drzwi do pomieszczeń w placówce oraz poręczy przy schodach
  - d) przypomnienie zasad prawidłowej higieny, w tym odpowiedniego mycia rąk – **wychowawcy klas**

- e) stały monitoring rozwoju sytuacji problemowej, wynikających z niej zagrożeń, stosowanie się do bieżących komunikatów i zaleceń przekazywanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej, Kuratorium Oświaty, Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego oraz innych powołanych do tego instytucji – **dyrektor szkoły**
- f) bieżące informowanie uczniów, rodziców oraz wszystkich pracowników szkoły o procedurach i zaleceniach wraz z rozwojem sytuacji – **dyrektor szkoły**
4. Jeśli u ucznia lub pracownika szkoły, który przebywał w rejonie zagrożenia epidemiologicznego w ciągu ostatnich 14 dni zaobserwowano objawy takie jak gorączka, kaszel, duszność i problemy z oddychaniem to:
- a) należy bezzwłocznie, telefonicznie powiadomić najbliższą stację sanitarno-epidemiologiczną – **PSSE w Jarocinie, ul. Wąska 2, tel. (62) 747 23 17**
- b) lub powinien zgłosić się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego – **województwo wielkopolskie:**
- **Kalisz** - Wojewódzki Szpital Zespolony Im. Ludwika Perzyny w Kaliszu, Oddział Chorób Zakaźnych, Toruńska 7
  - **Konin** - Wojewódzki Szpital Zespolony Im. Dr Romana Ostrzyckiego w Koninie, Oddział Obserwacyjno-Zakaźny Z Pododdziałem Zakaźnym Dziecięcym, Szpitalna 45
  - **Poznań-Jeżyce** - Szpital Kliniczny Im. Karola Jonschera Uniwersytetu Medycznego Im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu, Oddział V Chorób Zakaźnych I Neurologii, Pediatriczny, Szpitalna 27/33
  - **Poznań-Nowe Miasto** - Wielospecjalistyczny Szpital Miejski Im. Józefa Strusia z Zakładem Opiekuńczo-Leczniczym. Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej, Oddział Zakaźny, Szwajcarska 3
  - **Poznań-Stare Miasto** - Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem w Poznaniu, Oddział Obserwacyjno-Zakaźny, Nowowiejskiego 56/58
5. W przypadku, gdy osoba podejrzana o zakażenie wirusem zostaje skierowana do szpitala celem dalszej diagnostyki i wykonania testów na obecność wirusa państwowy powiatowy inspektor sanitarny zawiadamia o tym dyrektora placówki, a następnie w porozumieniu podejmują dalsze kroki profilaktyczne. Jednocześnie dyrektor placówki mając wiedzę o podejrzeniu przypadku zakażenia u ucznia lub pracownika powinien jak najszybciej zgłosić ten fakt do powiatowej stacji sanitarno-epidemiologicznej.
6. W przypadku, gdy uczeń lub pracownik placówki został skierowany do szpitala z podejrzeniem koronawirusa, dyrektor tej placówki w porozumieniu z właściwym państwowym inspektorem sanitarnym może podjąć decyzję o zamknięciu instytucji na jeden dzień w celu przeprowadzenia dekontaminacji pomieszczeń i przedmiotów.

## **Sposób prezentacji procedur**

1. Umieszczenie treści dokumentu na stronie internetowej szkoły [www.szkolagolina.pl](http://www.szkolagolina.pl)
2. Zapoznanie rodziców z obowiązującymi w placówce procedurami na spotkaniach z rodzicami oraz za pomocą e-dziennika.
3. Zapoznanie wszystkich pracowników szkoły z treścią procedury.
4. Zapoznanie uczniów z treścią procedury podczas zajęć lekcyjnych z wychowawcami.

## **Tryb dokonywania zmian w procedurze**

1. Wszelkich zmian w opracowanej procedurze może dokonać z własnej inicjatywy lub na wniosek Rady Pedagogicznej Dyrektor placówki. Wnioskodawcą zmian może być również Rada Rodziców.
2. Proponowane zmiany nie mogą być sprzeczne z prawem.
3. Procedura wchodzi w życie z dniem 06 marca 2020 r.

**WSZAWICA** jest chorobą zakaźną, powodowaną przez pasożyta – wesz głowową. Pasożyt ten żyje wyłącznie na owłosionej skórze głowy człowieka i żywi się jego krwią. Larwy wszy (gnidy) mają kolor białawo-brązowy, a rozmiarem przypominają główkę szpilki. Pasożyt żywi się wyłącznie krwią człowieka. W miejscu ukąszenia powstaje niewielkie zgrubienie, które swędzi i piecze.

Wszawica najczęściej szerzy się wśród dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym.

Do zakażenia wszami dochodzi najczęściej przez kontakt bezpośredni lub pośrednio przez np. czapki, grzebień, szczotki itp. Po około 3 tygodniach od złożenia jaj wykluwają się z nich młode osobniki. Samo leczenie jest bardzo proste. Polega na stosowaniu środków owadobójczych na skórę owłosioną głowy. Wszystkie te środki można bez problemu otrzymać w aptece, a samo leczenie wykonywać zgodnie z ulotką dołączoną do leku. Należy przy tym pamiętać, że leczeniem powinno objąć się wszystkich domowników. W przypadku powikłań bakteryjnych należy zasięgnąć opinii lekarza – konieczne w tym przypadku będzie stosowanie antybiotyków. Odzież osoby chorej jak i też pościel należy wyprać i wyprasować, a szczotki i grzebień najlepiej wyrzucić, bądź wymoczyć w środku zabijającym wszy.

Dodatkowo warto wiedzieć, że wesz głowowa nie potrafi przeżyć bez swojego żywiciela – człowieka, dlatego też odkażenie domu lub mieszkania nie jest konieczne. Wesz głowowa nie bytuje na zwierzętach domowych (pies, kot), dlatego nie trzeba przeglądać sierści zwierząt w obawie, że mogą być przyczyną zakażenia. Wszy nie skaczą i nie pływają i dlatego do zakażenia może dojść jedynie przez bezpośredni kontakt głowy z głową. Problem dotyczy w równym stopniu chłopców i dziewczynek. Wiadomo, jednak, że dzieci z dłuższymi włosami łatwiej mogą zostać zainfekowane. Należy sprawdzać głowę dziecka raz na 2 tygodnie oraz po każdym powrocie dziecka z wakacji lub wycieczek.

Profilaktyka i zapobieganie. Zaleca się aby:

- profilaktyczna kontrola włosów dzieci stała się nawykiem rodziców, zwłaszcza, jeżeli w szkole (rodzeństwo) lub przedszkolu panuje wszawica. Istnieje duże prawdopodobieństwo zarażenia;
- domownicy nie korzystali wspólnie z rzeczy osobistego użytku, takich jak: grzebień lub szczotka, gumki do włosów, ręczniki, czapki, szaliki i inne ubrania;
- unikać bezpośredniego kontaktu głowami (włosami) z innymi ludźmi. Zasada ta dotyczy przede wszystkim dzieci.

**ŚWIERZB** jest chorobą wywołaną przez wewnętrznego pasożyta *Sarcoptes scabiei*. Świerzb objawia się różnopostaciową swędzącą wysypką z typowym umiejscowieniem - brzuch, piersi, narządy płciowe, ręce, przestrzenie między palcami, u dzieci niemal na całym ciele. Świerzbowiec drążąc w skórze korytarze powoduje świąd. Człowiek drapiąc skórę może dodatkowo ją uszkadzać oraz zakazić bakteriami ropotwórczymi. Dochodzi do powstania na skórze pęcherzyków, grudek oraz reakcji alergicznych. Do zakażenia dochodzi poprzez bezpośredni kontakt z chorym, zarażone przedmioty- pościel, ręczniki, bielizna, ubranie.

Leczenie na własną rękę nie powinno być stosowane. Świerzb jest chorobą wysoce zakaźną i zawsze powinien być zdiagnozowany przez lekarza i leczony odpowiednimi środkami, dostępnymi tylko na receptę. Należy pamiętać o leczeniu całej rodziny, aby zapobiec ponownym zakażeniom.

Profilaktyka i zapobieganie:

- codzienna kąpiel całego ciała, częste mycie rąk,
- codzienna zmiana bielizny osobistej,
- częsta zmiana bielizny pościelowej, pranie jej w wysokiej temperaturze i prasowanie,
- częsta zmiana odzieży, właściwe jej pranie i prasowanie,
- spanie na oddzielnych pościeliach,
- używanie wyłącznie własnych przedmiotów osobistego użytku – ręczniki.

## **JAK POSTĘPOWAĆ W PRZYPADKU WYSTĄPIENIA WSZAWICY?**

**wg. Stanowiska Departamentu Matki i Dziecka w Ministerstwie Zdrowia**

**w sprawie zapobiegania i zwalczania wszawicy u dzieci**

1. W sytuacji zauważenia gnid lub wszy we włosach dziecka należy zastosować dostępne w aptekach preparaty, które skutecznie likwidują pasożyty i ich jaja.
2. W sytuacji wystąpienia wszawicy u dziecka, kuracji powinni poddać się wszyscy domownicy. Codzienne, częste czesanie gęstym grzebieniem lub szczotką, związywanie włosów w sytuacjach narażenia na bliski kontakt z innymi osobami, częste mycie włosów, przestrzeganie zasad higieny ( własne szczotki, grzebienie, spinki, gumki ) – utrudniają zagnieżdżenie się pasożytów.
3. Częste mycie i kontrolowanie głowy dziecka pozwala szybko zauważyć zakażenie.
4. Szampony i inne produkty „przeciw wszom” nie zabezpieczają przed zakażeniem i nie powinny być stosowane jedynie jako środek zapobiegawczy. Zgodnie z instrukcją zamieszczoną na opakowaniach tych produktów, zaleca się powtarzanie kuracji w odstępie kilku dni (mniej więcej 7 – 10 dni), w celu zabicia larw. Do kuracji trzeba użyć grzebienia o bardzo gęstych zębach. Usunięcie gnid jest niezbędne ale i bardzo trudne, dlatego zaleca się ich pojedyncze ściąganie z włosów lub obcięcie włosów.
5. Grzebienie i szczotki należy myć w ciepłej wodzie z dodatkiem szamponu przeciw wszom i moczyć w wodzie około godziny. Ubrania prać w pralce w temperaturze 60 ° ( temp. powyżej 53,5 zabija wszy i ich jaja ). Prześcieradła, poszewki na poduszki, pościele, ręczniki i odzież należy wyprasować gorącym żelazkiem.
6. Podstawową zasadą profilaktyki wszawicy jest stała, systematyczna kontrola czystości skóry głowy i włosów dokonywana przez rodziców i natychmiastowa likwidacja gnid i wszy w przypadku ich zauważenia.
7. Rodzice powinni uczciwie poinformować rodziców wszystkich innych dzieci z grupy, z którymi miało kontakt. Pomoże to w likwidacji ogniska wszawicy i w efekcie – zapobiegnie się nawracającemu wzajemnemu zakażaniu dzieci
8. W sytuacji stwierdzenia nieskuteczności zalecanych działań ( trzykrotne odsyłanie tego samego dziecka ), osoba – nauczyciel, którą dyrektor upoważnił, zawiadamia o tym dyrektora szkoły w celu podjęcia bardziej radykalnych kroków, zawiadomienie ośrodka pomocy społecznej o konieczności wzmocnienia nadzoru nad realizacją funkcji opiekuńczych przez rodziców dziecka oraz udzielenia rodzinie potrzebnego



## **KORONAWIRUS – CO MUSISZ WIEDZIEĆ? Informacja Ministerstwa Zdrowia**

### **Informacja dla osób powracających z północnych Włoch, Chin, Korei Południowej, Iranu, Japonii, Tajlandii, Wietnamu, Singapuru i Tajwanu**

**Z punktu widzenia zagrożenia epidemiologicznego, Główny Inspektor Sanitarny nie zaleca podróżowania do Chin, Hongkongu oraz Korei Południowej, Włoch, Iranu, Japonii, Tajlandii, Wietnamu, Singapuru i Tajwanu.**

Jeśli w ciągu ostatnich 14 dni byłeś w północnych Włoszech, Chinach, Korei Południowej, Iranie, Japonii, Tajlandii, Wietnamie, Singapurze lub Tajwanie i zaobserwowałeś u siebie objawy, takie jak: gorączka, kaszel, duszność i problemy z oddychaniem, to:

- bezzwłocznie powiadom telefonicznie stację sanitarno-epidemiologiczną lub
- zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.

### **Czym jest koronawirus?**

Nowy koronawirus SARS-Cov-2 wywołuje chorobę o nazwie COVID-19. Choroba objawia się najczęściej gorączką, kaszlem, dusznościami, bólami mięśni, zmęczeniem.

### **Jak często występują objawy?**

Ciężki przebieg choroby obserwuje się u ok.15-20% osób. Do zgonów dochodzi u 2-3% osób chorych. Prawdopodobnie dane te zawyżone, gdyż u wielu osób z lekkim przebiegiem zakażenia nie dokonano potwierdzenia laboratoryjnego.

### **Kto jest najbardziej narażony?**

Najbardziej narażone na rozwinięcie ciężkiej postaci choroby i zgon są osoby starsze, z obniżoną odpornością, którym towarzyszą inne choroby, w szczególności przewlekłe.

### **Jak się zabezpieczyć przed koronawirusem?**

Wirus przenosi się drogą kropelkową. Aktualnie nie ma szczepionki przeciw nowemu koronawirusowi. Można natomiast stosować inne metody zapobiegania zakażeniu, zaprezentowane poniżej. Metody te stosuje się również w przypadku zapobiegania innym chorobom przenoszonym drogą kropelkową np. grypie sezonowej (w przypadku której, szczyt zachorowań przypada w okresie od stycznia do marca każdego roku).

## Gdzie do tej pory stwierdzono przypadki zakażenia koronawirusem?

Najwięcej potwierdzonych przypadków zakażenia nowym koronawirusem zarejestrowano w Chinach (99%), głównie w prowincji Hubei. Pozostałe osoby „zawlekły” wirusa do innych krajów Azji, Europy, Oceanii i Ameryki Północnej i zakaziły (np. w Niemczech, we Francji, w Wielkiej Brytanii) kolejne osoby.

## 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.

# Jak skutecznie myć ręce?



**1** Zwilż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



**2** Namydł obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



**3** Spleć palce i namydł je.



**4** Namydł kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



**5** Namydł wierzch jednej dłoni wnętrzem drugą ręką i na przemian.



**6** Namydł obydwie nadgarstki.



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



**Całkowity czas:  
30 sekund**

**Nie zapomnij umyć tych obszarów:**



## **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 dłoń, 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, wydalą 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.

**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*, 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**

Podejrzanie 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.

## **Maseczki**

### **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 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.

Sprzęt ochrony układu oddechowego powinien być oznakowany znakiem CE, który potwierdza, że został prawidłowo zaprojektowany i skonstruowany, wykonany z właściwych materiałów.



**KORONAWIRUS** powoduje gorączkę, kaszel, duszności, bóle mięśni i zmęczenie.

Przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania czy mówienia.

### Jak zapobiegać zakażeniu?



**Często myj ręce**, używając mydła i wody.



Kiedy kaszlesz lub kichasz, **zakrywaj usta i nos**.



**Zachowaj co najmniej 1 metr** odległości od osób, które kaszlą i kichają.



Jeśli **wracasz z regionu**, gdzie występuje koronawirus i **masz objawy** choroby lub miałeś **kontakt z osobą zakażoną**, powiadom telefonicznie o tym stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się do oddziału obserwacyjno-zakaźnego.

**Infolinia NFZ**

**800 190 590**

[www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)