

# MEGELŐZÉSI TANÁCSOK

## cseppfertőzéssel terjedő 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!

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

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

## Maradjon egészséges, védjen másokat!

Láz, köhögés esetén kerülje  
az utazást, a zsúfolt  
helyeket, ne menjen  
másokhoz közel. Kerülje a  
lázás, köhögő embereket.  
Gyakran szellőztessen!



Ha lázas, köhög és nehezen  
veszi a levegőt **időben**  
forduljon orvoshoz és mondja  
el merre utazott mostanában.

06 80 277 455  
06 80 277 456

## Maradjon egészséges, védjen másokat!

Köhögés, tüsszentés esetén  
takarja el száját és orrát  
zsebkendővel vagy  
könyökhajlatával – a  
zsebkendőt használat után  
azonnal dobja el vagy eldobásig  
zárt tasakba tegye és mosson  
kezet.



Ha maszkot visel győződjön meg  
róla, hogy megfelelő az illesztése,  
takarja az orrát és a száját is –  
viselés közben ne érintse a  
maszkot, ne vegye le  
telefonáláshoz.

Minden használat után  
azonnal dobja el és mosson  
kezet.


06 80 277 455  
06 80 277 456

## Védje magát és másokat is a megbetegedésektől!



**Gyakran mosson alaposan, minimum  
20 másodpercig, meleg vízzel és  
folyékony szappannal kezet, papír  
kéztörölőt használjon!**

- Köhögés, tüsszentés, orrfújás után
- Kapcsolók, kilincsek stb. érintése után
- Ét elkészítés előtt, alatt, után
- Evés előtt
- WC használatot követően
- Közlekedés, buszozás, vásárlás után
- Állatokkal foglalkozás után, állati termékek érintését követően

 06 80 277 455  
06 80 277 456


## Védje magát és másokat is a megbetegedésektől!



**Ha a kéz láthatóan nem szennyezett,  
használjon gyakran alkohol alapú  
VIRUCID kézfertőtlenítőszeret, mely  
zsebben hordható, gyógyszertárban,  
boltokban kapható**



**Kerülje a szem-orr-száj  
érintését, főleg szennyezett  
kézzel, üdvözléskor a kézfogást-  
puszit !**

 06 80 277 455  
06 80 277 456