

# Ważne informacje dotyczące Koronawirusa



Jeśli w ciągu ostatnich 14 dni byłeś w miejscu gdzie występuje

## KORONAWIRUS

i zaobserwowałeś u siebie objawy, takie jak:

**GORĄCZKA, KASZEL, DUSZNOŚĆ I PROBLEMY Z ODDYCHANIEM**, to:

bezwzględnie powiadom **telefonicznie** stację sanitarno-epidemiologiczną

tel. *od 7<sup>30</sup> do 15<sup>05</sup> 83 344-41-60*  
*całodobowo 505-187-728*

lub

w przypadku nasilonych objawów zadzwoń pod numer alarmowy 112  
lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego – najbliższy oddział

tel. *83 414-72-65*

**INFOLINIA NFZ W SPRAWIE KORONAWIRUSA - 800 190 590**

## PAMIĘTAJ !!!

W przypadku kiedy istnieje podejrzenie zakażenia ale nie masz jeszcze objawów pozostań w domu, **unikaj kontaktu z innymi osobami** aby nie doszło do rozprzestrzeniania się wirusa.

Wszelkie wątpliwości dotyczące swojego stanu zdrowia wyjaśniaj **TELEFONICZNIE** lub innymi metodami zdalnej konsultacji.

**NIE ZGŁASZAJ SIĘ SAM DO PRZYCHODNI POZ** (chyba, że zostaniesz o to poproszony w określonym terminie) **ani nie udawaj się do szpitala** bez wcześniejszego uzgodnienia gdzie masz się zgłosić i czy jest to potrzebne.

Jeden chory pacjent (**również Ty**) może być źródłem zakażenia wszystkich pozostałych osób w poczekalni!!!

- Myj często ręce wodą z mydłem lub środkiem odkażającym na bazie alkoholu.
- Unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust.
- Zaskłaniaj usta i nos zgiętym ramieniem lub jednorazową chusteczką kiedy kaszlesz lub kichasz.
- Nie zbliżaj się do osób chorych.



**NFZ**



# CO POWINIENIENIŚ WIEDZIEĆ O KWARANTANNIE?



Nakładana jest na osoby zdrowe, które miały styczność z **osobami chorymi**



lub na osoby podejrzane o **zakażenie koronawirusem**.

**TRWA 14 DNI**  
ale o tym decyduje lekarz.

## CZEGO NIE ROBIĆ PODCZAS KWARANTANNY?



Nie opuszczaj domu



Nie wychodź do sklepu

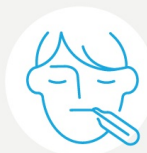


Nie spotykaj się z innymi osobami



Jeśli to niemożliwe ogranicz kontakt i zachowaj odstęp wynoszący **min. 2 metry**

## CO ROBIĆ PODCZAS KWARANTANNY?



Monitoruj temperaturę ciała minimum 2 razy dziennie

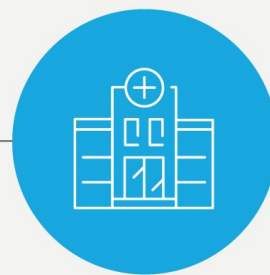


Zachowaj zasady higieny

W przypadku wystąpienia



gorączki, kaszlu lub duszności niezwłocznie skontaktuj się telefonicznie ze stacją sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się na oddział zakaźny, unikając transportu publicznego.



Dowiedz się więcej na  
[www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)

**Infolinia NFZ**  
**800 190 590**



**MZ**  
Ministerstwo Zdrowia

[Powrót](#)

[Ekran główny](#)