**MEGELŐZÉSI TANÁCSOK**

**cseppfertőzéssel terjedő vírusok ellen**

Mint talán Ön is hallott róla a 2019 végén Wuhanban (Kína) kialakult tüdőgyulladás-járvány hátterében 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!

|  |  |
| --- | --- |
| 1. **Kézmosás, kézfertőtlenítés** | **Kézmosás gyakran, minimum 20 másodpercig, meleg folyóvízzel és folyékony szappannal kézfejre, csuklóra, az ujjak közötti részre, körmökre is kiterjedően:**   * tüsszentés, köhögés, orrfújás után * toalett használatot követően * étkezés előtt, ételkészítés előtt, alatt, után * tömegközlekedés, vásárlás után * szennyezett, gyakran érintett felületek (pl. kapcsolók, kilincsek) érintését követően * állatok gondozása után   **Ha a kéz láthatóan nem szennyezett, használjon gyakran alkohol alapú VIRUCID kézfertőtlenítőszert,** mely zsebben hordható, gyógyszertárban, boltokban kapható |
| 1. **Köhögés, tüsszentés** | **Papírzsebkendőt teríteni az orra-szájra** és **egyszeri használat** után zárt hulladékgyűjtőbe dobni vagy eldobásig zárt tasakba, utána kezet mosni |
| Zsebkendő hiánya esetén **könyökhajlatba** tüsszenteni, köhögni |
| 1. **Érintés** | **Kerüljük a szem, orr, száj érintését, a kézfogásokat, puszikat** |
| 1. **SZELLŐZTETÉS** | **Zárt helyiségek gyakori szellőztetése** |
| 1. **EMBEREK KERÜLÉSE** | **Zsúfolt helyek kerülése**  **Lázas, köhögő személyek kerülése**  **Lázasan, köhögve emberek kerülése**  **Orr-szájmaszk viselése, ha betegek vagyunk:** egyszer feltenni, egyszer levenni, közben nem piszkálni, jól illeszkedjen, mobilozásnál sem levenni |
| **Koronavírus -INFORMÁCIÓS VONAl** | **koronavius zold szam** |

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