

COVID-19

ZASADY KWARANTANNY w związku z koronawirusem



NA KOGO JEST NAKŁADANA KWARANTANNA?

- Na osoby, które były narażone na zakażenie SARS-CoV-2
- Na obcokrajowców przekraczających granicę RP, stanowiącą granicę zewnętrzną UE



PRZEZ KOGO?

- Przez PSSE na podstawie indywidualnej decyzji
- Z mocy prawa w przypadku przekroczenia granicy RP



NA JAKI CZAS?

- 10 dni licząc od dnia następującego po ostatnim dniu narażenia albo styczności
- 10 dni licząc od dnia następującego po przekroczeniu granicy

BĄDŹ ODPOWIEDZIALNY!



Pozostań w domu.



Nie wychodź do sklepu czy urzędu.



Poproś (telefonicznie) o pomoc w zrobieniu zakupów znajomych lub sąsiadów lub zrób zakupy online.



Nie spotykaj się z innymi osobami.



Zadbaj o częstą higienę rąk.



Dezynfekuj powierzchnie, których często dotykasz (klamki, włączniki, uchwyty, ekran telefonu).



Monitoruj stan swojego zdrowia, mierz temperaturę ciała.



W przypadku wystąpienia **gorączki, kaszlu, duszności, utraty węchu lub smaku** skontaktuj się telefonicznie z lekarzem POZ. W przypadku zagrożenia życia zadzwoń pod numer alarmowy 112 lub 999.

Więcej informacji znajdziesz na www.gov.pl/koronawirus



Więcej informacji na
www.gov.pl/stopcovid



Dodana: 10 luty 2021 12:20 Zmodyfikowana: 14 marzec 2021 19:05

Zapraszamy Państwa do zapoznania się z materiałami edukacyjnymi przygotowanymi przez Ministerstwo Zdrowia na temat bezpieczeństwa epidemicznego i zasad odbywania kwarantanny w związku z koronawirusem.

NA KOGO JEST NAKŁADANA KWARANTANNA?

- Na osoby, które były narażone na zakażenie SARS-CoV-2
- Na oświeżaczy i przekraczających granicę RP, stanowiącą granicę zewnętrzną UE

PRZEZ KOGO?

- Przez PSE, na podstawie indywidualnej decyzji
- Z mocy prawa w przypadku przekroczenia granicy RP

NA JAKI CZAS?

- 10 dni licząc od dnia następującego po ostatnim dniu narażenia albo styczności
- 10 dni licząc od dnia następującego po przekroczeniu granicy

BĄDŹ ODPOWIEDZIALNY!

- Pozostań w domu.
- Nie wychodź do sklepu czy urzędu.
- Poproś (telefonicznie) o pomoc w zrobieniu zakupów znajdujących lub sąsiadów lub zrób zakupy online.
- Nie spotykaj się z innymi osobami.
- Zadbaj o częstą higienę rąk.
- Dezynfekuj powierzchnie, których często dotykasz (blatki, włączniki, uchwyty, ekran telefonu).
- Monitoruj stan swojego zdrowia, mierz temperaturę ciała.

W przypadku wystąpienia gorączki, kaszlu, duszności, utraty węchu lub smaku skontaktuj się telefonicznie z lekarzem POZ. W przypadku zagrożenia życia zadzwoń pod numer alarmowy 112 lub 999.

U KWARANTANNY!

- Inspekcja pod przewodnictwem inspektora sanitarno-epidemiologicznego na osoby, które były narażone na zakażenie SARS-CoV-2
- Nie na oświeżaczy i przekraczających granicę zewnętrzną UE

TRWA 10 DNI

Współpracownicy mogą zostać objęci kwarantanną lub nadzorem epidemiologicznym

Zainstaluj aplikację Kwarantanna domowa www.gov.pl/kwarantannadomowa

CZEGO NIE ROBIĆ PODCZAS KWARANTANNY?

- Nie opuszczaj domu
- Nie wychodź do sklepu
- Nie spotykaj się z innymi osobami

CO ROBIĆ PODCZAS KWARANTANNY?

- Zachowaj zasady higieny
- Monitoruj temperaturę ciała minimum

W przypadku wystąpienia gorączki, kaszlu, duszności, utraty węchu lub smaku, w zależności od nasilenia objawów, skontaktuj się telefonicznie z lekarzem POZ lub w przypadku zagrożenia życia zadzwoń pod numer alarmowy 112 lub 999.

ale również poprzez dotykanie dłońmi oczu, nosa i ust. Objawy zakażenia **koronawirusem** to przede wszystkim wysoka gorączka, duszność, kaszel, utrata węchu lub smaku.

JAK ZAPOBIEGAĆ ZAKAŻENIU?

- Często myj ręce wodą z mydłem lub dezynfekuj je płynem na bazie alkoholu min. 60%.
- Kiedy kaszlesz lub kichasz, zakrywaj usta i nos zgiętym ramieniem lub jednorazową chusteczką.
- Zachowaj co najmniej 1.5 metra odległości od innych osób.
- Zastanij usta i nos w ogólnodostępnych przestrzeniach zamkniętych oraz w środkach komunikacji.
- W przypadku wystąpienia objawów charakterystycznych dla COVID-19, skontaktuj się telefonicznie z lekarzem POZ lub w przypadkach zagrożenia zdrowia lub życia, niezwłocznie zadzwoń pod numer alarmowy 112 lub 999.
- Przestrzegaj ograniczeń wynikających z przepisów o stanie epidemii.



Infolinia NFZ
800 190 590