



**INFORMACJA DLA OSÓB POWRACAJĄCYCH Z CHIN,
Z PÓŁNOCNYCH WŁOCH, KOREI POŁUDNIOWEJ
oraz innych krajów dotkniętych epidemią
spowodowaną nowym koronawirusem SARS-CoV-2**

W ostatnich kilku tygodniach w Chinach, we Włoszech, Korei Południowej oraz innych krajach (aktualna lista krajów dostępna na stronach: www.who.int, www.ecdc.europa.eu, www.gis.gov.pl) wystąpiły zachorowania z objawami: gorączki, kaszlu, duszności i problemów z oddychaniem.

Jeśli byłeś w tych krajach w ciągu ostatnich 14 dni, w przypadku zaobserwowania u siebie ww. objawów bezzwłocznie, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się do oddziału zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.

Wszelkie informacje dla podróżujących dostępne są pod adresem gov.pl/koronawirus oraz na stronie gis.gov.pl

Główny Inspektor Sanitarny

Warszawa, 25.02.2020

Koronawirus 2019-nCoV

Koronawirusy to grupa wirusów znanych z wywoływania infekcji układu oddechowego w tym zarówno powszechnie występujących przeziębień, jak też rzadszych i groźniejszych infekcji, jak np. SARS czy MERS.

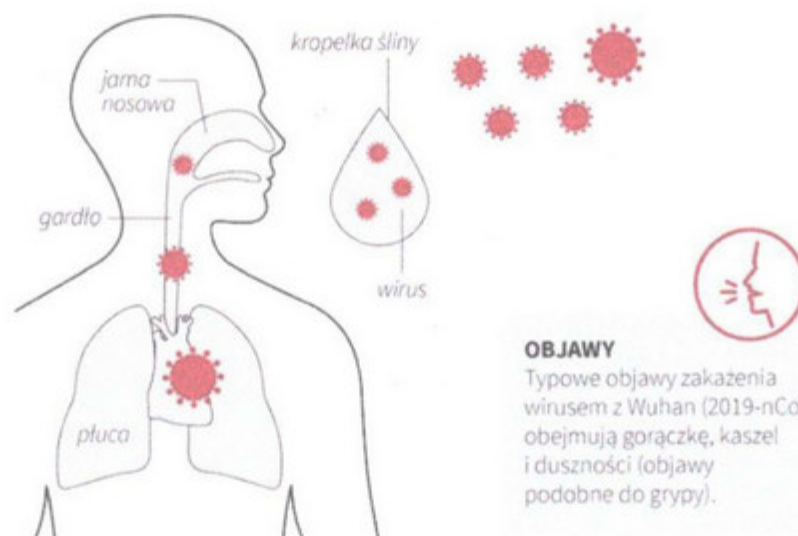
KORONAWIRUS 2019-NCOV

Nie wiadomo, jakie zwierzę było ogniwem pośrednim w przypadku zakażenia ludzi koronawirusem Wuhan. Jednymi z podejrzanych są węże lub białugi - rzadki gatunek ryby z rodziny jesiotrowatych, będące nosicielami koronawirusów.



ZAKAŻENIE

Wirusy mogą być zlokalizowane w wydzielinie dróg oddechowych a nawet w moczu i kale. Bezpośredni kontakt z wymienionymi wydzielinami może skutkować przeniesieniem zakażenia.



OBJAWY

Typowe objawy zakażenia wirusem z Wuhan (2019-nCoV) obejmują gorączkę, kaszel i duszność (objawy podobne do grypy).

PROFILAKTYKA

W związku z ryzykiem rozwoju epidemii wywołanej przez nowego wirusa międzynarodowi eksperci przypominają o podstawowych zasadach profilaktyki zakażeń.

- Jak najczęściej **myj ręce**, najlepiej używając mydła i wody albo preparatów odkażających zawierających alkohol
- Kiedy kichasz lub kaszlesz będąc między ludźmi **zakryj usta chusteczką** lub swoim zgiętym łokciem, zaraz po tym wyrzuć chusteczkę i umyj ręce
- Unikaj bliskiego **kontaktu z osobami, które mają gorączkę i kaszlą**
- Jeśli masz gorączkę, kaszel i trudności z oddychaniem **udaj się do lekarza**, powiedz mu o ewentualnych, odbytych wcześniej dalekich podróżach
- **Unikaj konsumpcji surowego lub niedogotowanego mięsa** oraz mleka, a także dbaj o higienę miejsc, w których używa się surowego mięsa czy podrobów
- **Zaszczep się przeciw grypie**
- Jeśli podróżujesz na tereny, gdzie odnotowano przypadki zakażenia nowym koronawirusem, **unikaj bliskiego kontaktu z osobami chorymi**, zwłaszcza z objawami ze strony układu oddechowego; unikaj odwiedzania bazarów lub innych miejsc, w których znajdują się żywe lub martwe zwierzęta i ptaki; unikaj kontaktu ze zwierzętami, ich wydaliniami lub odchodami oraz przestrzegaj zasad higieny rąk.

Jak skutecznie myć ręce?



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



2 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spleć palce i namydl je.



4 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



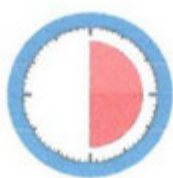
5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiem dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwa nadgarstki.



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



**Całkowity czas:
30 sekund**

Nie zapomnij umyć tych obszarów:

