

Jeśli zaobserwowałeś u siebie objawy, takie jak:  
**GORĄCZKA** (pow. 38° C), **KASZEL**, **DUSZNOŚĆ** lub **PROBLEMY ODDYCHANIEM**,  
a także jeśli miałeś bliski kontakt z potwierdzonym lub prawdopodobnym  
przypadkiem COVID-19 w ostatnich 14 dniach to:

bezzwłocznie powiadom **telefonicznie** powiatową stację sanitarno-epidemiologiczną

tel.

lub

w przypadku nasilonych objawów zadzwoń pod numer alarmowy 112.

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

**PAMIĘTAJ !!!**

Podejrzewasz, że masz koronawirusa, ale nie masz jeszcze objawów?

**Zostań 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 (co najmniej 60%).
- Unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust.
- Zasłaniaj usta i nos zgiętym ramieniem lub jednorazową chusteczką kiedy kaszlesz lub kichasz.
- Nie zbliżaj się do osób chorych.

**Przestrzegaj ograniczeń wynikających z przepisów o stanie epidemii.**

