

PREZENTACJA INFORMUJĄCA O
NOWYM WIRUSIE



KORONAWIRUS

Co powinniśmy o nim wiedzieć ?

Czym jest ten wirus ?



Nowy koronawirus
SARS-Cov-2 wywołuje
chorobę o nazwie COVID-19



Objawy

Choroba objawia się najczęściej:

gorączką, kaszlem, dusznościami, bólami mięśni,
zmęczeniem

Starsi oraz cierpiący na różne choroby tj.: astma,
cukrzyca, czy nowotwór, czy inne choroby przewlekłe lub
bardzo osłabiające organizm - są bardziej podatni na
zachorowanie !



UWAGA !
Nie u każdego
choroba daje
objawy

SKĄD WIEM,
ZARAZONY ? ZE MOGĘ
BYĆ

JAK MAMY SIĘ CHRONIĆ
PRZED
ZACHOROWANIEM ?



Co mamy robić, a czego nie?

MYCIE RĄK

Częste i dokładne mycie rąk wodą z mydłem oraz odkażanie ich alkoholem zabija wirusy, które mogą znajdować się na rękach

KWARANTANNA

Przestrzeganie zasad kwarantanny, odcinanie się od jakichkolwiek zbędnych interakcji skutecznie zapobiega naszemu spotkaniu z wirusem. Jeżeli musimy udać się do sklepu trzeba pamiętać o odległości co najmniej 1 metra od innych osób, szczególnie kaszlących, czy kichających.

NIE DOTYKANIE TWARZY

Poprzez dłonie wirus może dostać się nam do oczu, buzi, nosa, a stamtąd do zakażenia droga jest bardzo krótka, dlatego jeszcze raz - mycie rąk jest kluczowe

Jak się uchronić przed wirusem?





HIGIENA DRÓG ODDECHOWYCH

Musimy pamiętać, że jeżeli nie posiadamy maseczki, a **jesteśmy chorzy** musimy nosić ze sobą **chusteczki**, w które kichamy, a następnie jak **najszybciej się ich pozbyć**

ZŁE SAMOPOCZUCIE

Jeżeli **czujemy się źle**, ale nie mamy typowych objawów nowego wirusa **zostańmy w domu**. Nie róbmy niepotrzebnego kłopotu szpitalom.

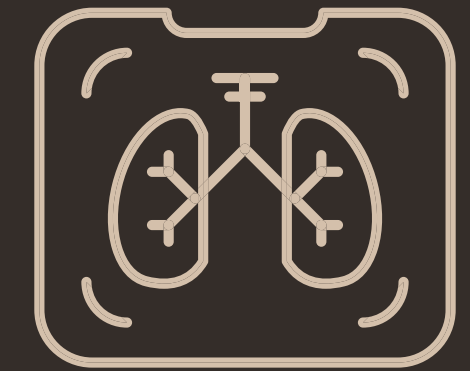
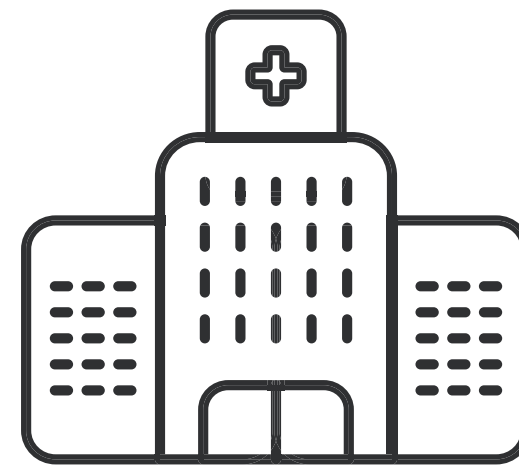
OBJAWY ZAŁAPANIA WIRUSA

Gdy zauważymy u siebie objawy musimy działać szybko, ale **nie wolno** nam od razu biec do szpitala !



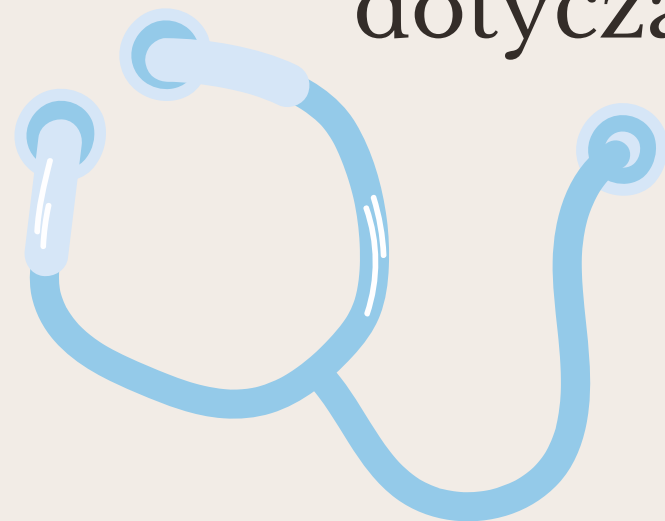
CO ROBIĆ ?

GDZIE SIĘ ZGŁOSIĆ, CO ROBIĆ ?



800 190 590

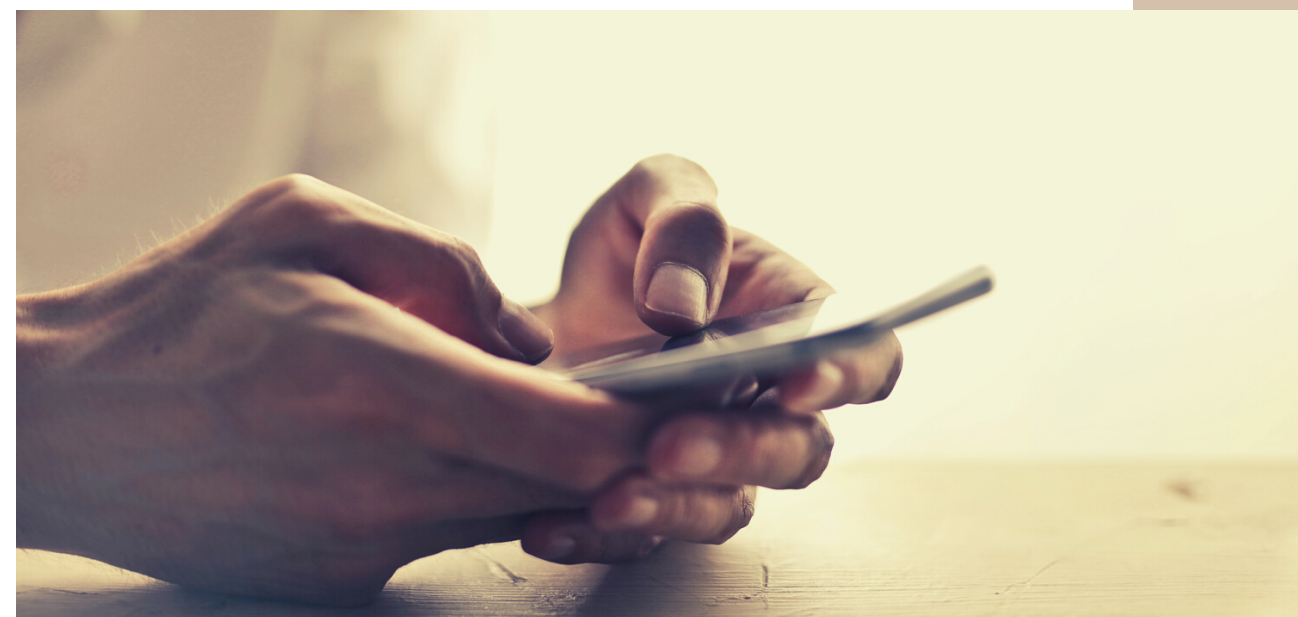
Numer infolinii Narodowego Funduszu Zdrowia
dotyczącej postępowania w sytuacji podejrzenia
zakażenia koronawirusem !



PODEJRZENIE ZAKAŻENIA

INNE WAŻNE NUMERY

- **NFZ** - INFOLINIA: 800 190 590 (CAŁODOBOWO)
- **ZUS** - INFOLINIA: 22 560 16 00
- **GK PGE** - INFOLINIA: 422 222 222 (W GODZ. 9.00-17.00)
- **BANK PEKAO BP** - INFOLINIA: 800 302 302, 81 535 60 60
- **NASK**- INFORMACJA O CYBERPRZESTĘPCZOŚCI
- **PZU ZDROWIE** - INFOLINIA: 22 505 11 88
- **POCZTA POLSKA** - INFORMACJA O ZMIANACH FUNKCJONOWANIA
- **ENERGA OBRÓT** - INFOLINIA: 58 767 43 50 (CAŁODOBOWO) ORAZ TELEFON ALARMOWY 991
- **TAURON** – - INFOLINIA: 703 200 200 (W GODZ. 9-17), INFORMACJA O KURSOWANIU POCIĄGÓW MIĘDZYNARODOWYCH





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.



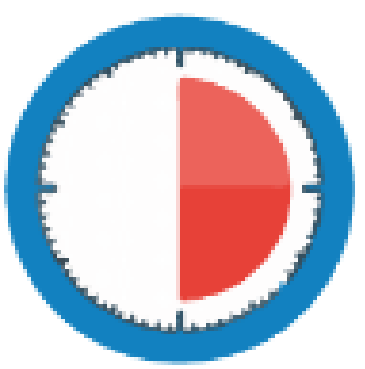
5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwa nadgarstki.

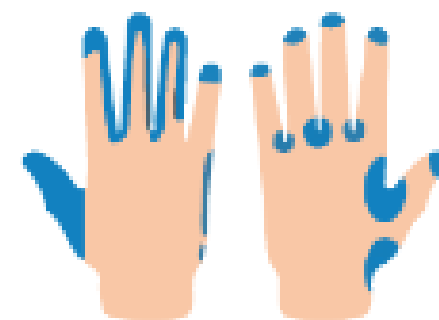


7 Spłucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wysusz je starannie.

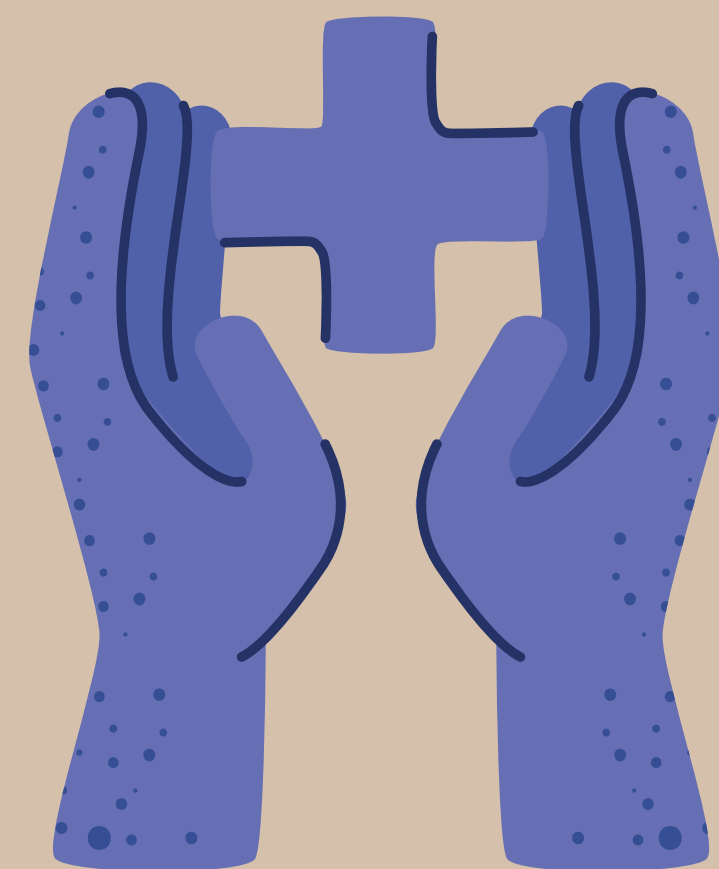


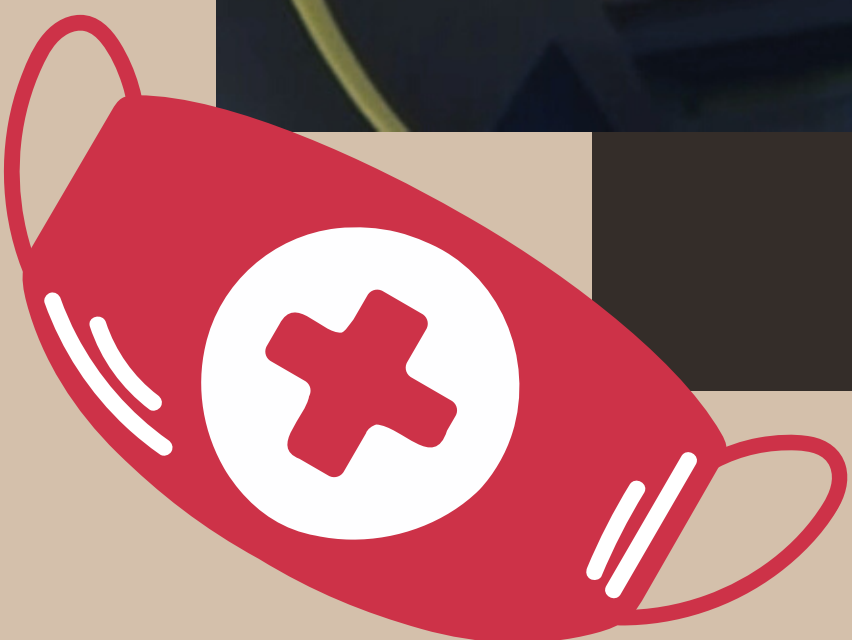
Całkowity czas: 30 sekund

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



INSTRUKCJA MYCIA RĄK





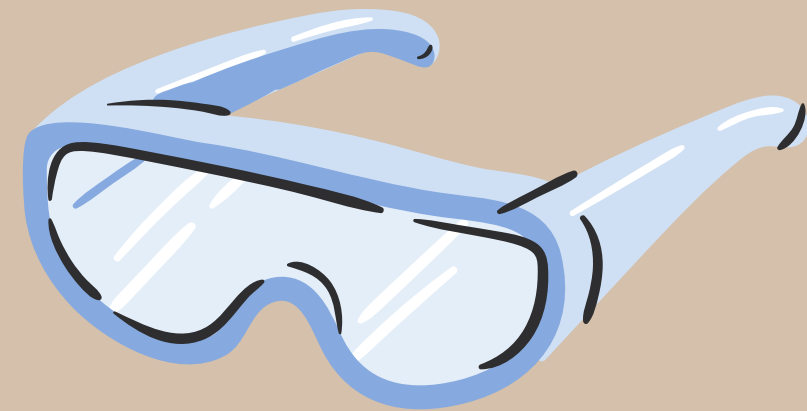
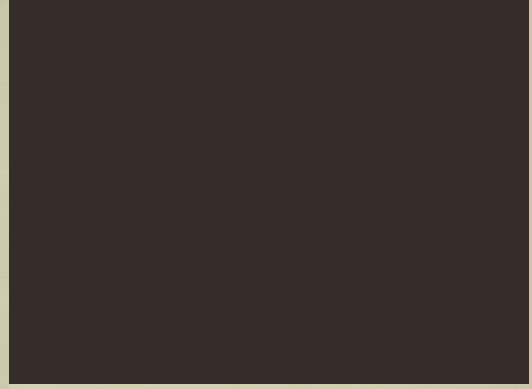
JAK I KIEDY NOSIĆ MASKI ?

Jeżeli jesteśmy zdrowi to maski potrzebujemy **tylko** w pobliżu osoby zainfekowanej lub z podejrzeniem **2019-nCoV**

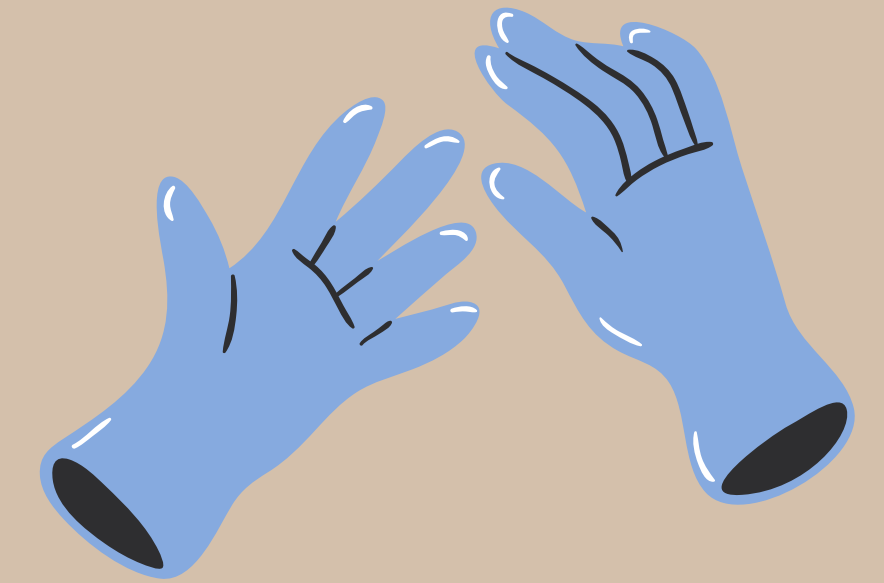
Maski nosimy również, gdy **nie jesteśmy zdrowi**, aby zapobiec rozsiewaniu zarazków, gdy **kichamy lub kaszлемy**

Maski są skuteczne **tylko**, gdy są stosowane razem z częstym **myciem rąk** i **odkażaniem** ich

Jeżeli nosimy maskę musimy nauczyć się ją **poprawnie zakładać, używać** oraz nią **dysponować** (instrukcje można znaleźć na WHO)

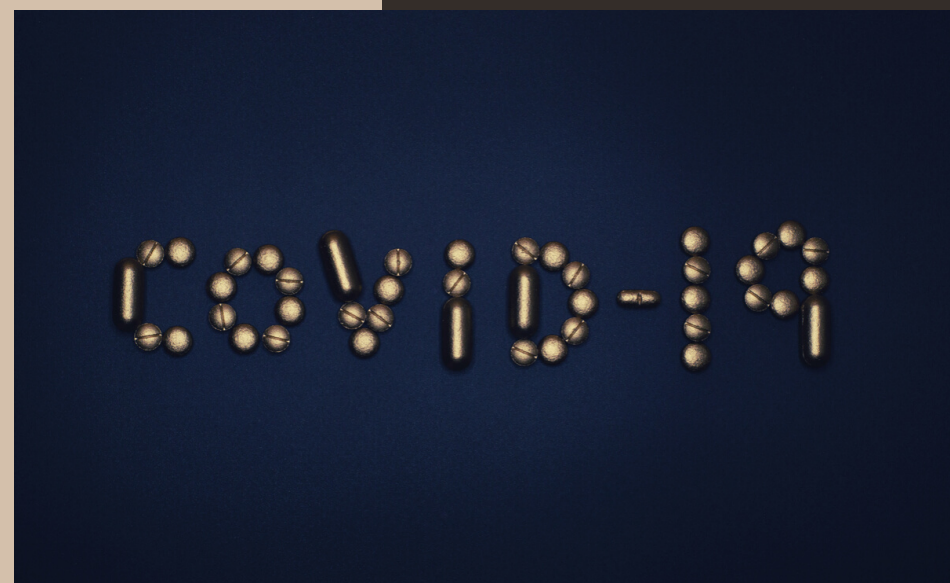


COVID-19

A stylized illustration of a syringe with a blue barrel, a red plunger, and a yellow drop of liquid falling from the needle tip.

MITY

A stylized illustration of a virus particle, depicted as a red oval with a green outer shell and several yellow and white internal structures.



POGODA MOŻE ZNISZCZYĆ WIRUSA

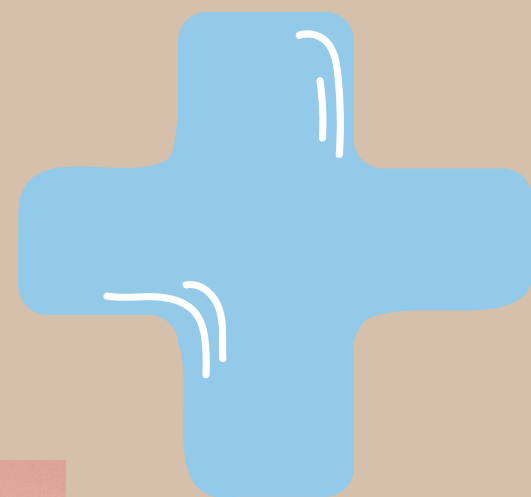
Nie ma powodu, aby wierzyć, że **pogoda**, czy **klimat** może coś zdziałać przeciwko koronawirusowi.

WIRUSEM MOŻNA SIĘ ZARAZIĆ POPRZEZ UKĄSZENIE KOMARA

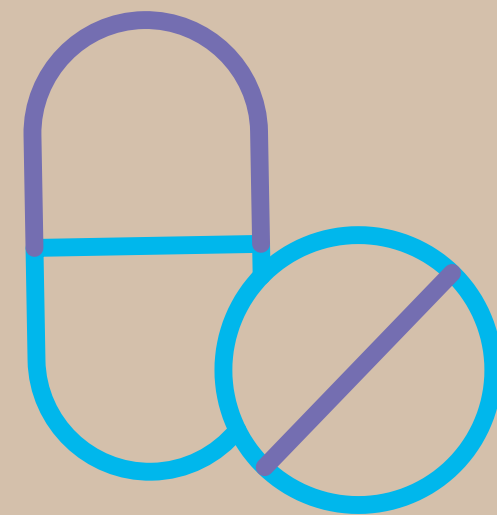
Nie mamy żadnych potwierdzeń dotyczących takich przypadków. Nie ma powodu, aby tak myśleć, **komary nie przenoszą nowego wirusa**.

SZCZEPIONKI NA ZAPALENIE PŁUC NISZCZĄ WIRUSA

Szczepionki na zapalenie płuc nikogo **nie wyleczą** z koronawirusa, ale zaleca się je, aby **wzmocnić swój organizm** w walce z chorobami płuc.



CZĘSTE PYTANIA



Czy są jakieś lekarstwa na COVID-19 ?

Różne domowe środki mogą przynieść ulgę w chorobie, lecz nie zaleca się **absolutnie leczenia "na własną rękę"**

Ile trwa okres od złapania wirusa do wystąpienia objawów ?

Najczęściej ok. **5 dni**, ale zasięg wynosi od **1 do 14 dni** na ten moment

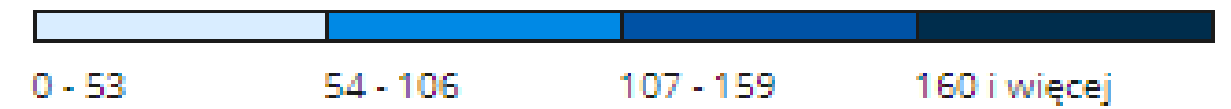
Czy bezpieczne jest otrzymanie produktów, paczek z terenów, na których panuje wirus ?

Tak, ryzyko przeniesienia wirusa przez paczkę, która była przenoszona, podróżowała jest **niskie** tak samo jak ryzyko, że osoby mające kontakt z paczką są **zakażone**.



ZACHOROWANIA W POLSCE

Dane pochodzą z
Ministerstwa
Zdrowia, aktualne
na : 25.03.2020



Prezentacja stworzona przez grupę projektową Zwolnieni z Teorii "Włączamy Zielone Światło" przy pomocy strony internetowej Canva

ŹRÓDŁA:

<https://www.who.int>

<https://www.gov.pl/web/zdrowie/comusisz-wiedziec-o-koronawirusie>

**PAMIĘTAJCIE
O MYCIU RĄK !**

