

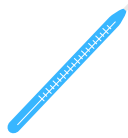
# 10 javaslat a COVID-19 esetén

## Gyanús vagy megerősített a koronavírus fertőzése?

**1.** Maradjon otthon, ne járjon munka, iskola vagy nyilvános helyiségekbe. Ha szüksége van valamilyen vásárlásra, kérje meg az Ön közelében lévő embereket. Ha kifelé kell mennie, ne használjon bármilyen tömegközlekedést vagy taxit. Mindig használjon maszkot.



**2.** Gondosan figyelje egészségi állapotát. Velejáró tüneteket megtalálja a weben [www.korona.gov.sk](http://www.korona.gov.sk). Ha egészségi állapota romlik, akkor értesítse orvosát.



**3.** Pihenjen és fogyasszon elegendő folyadékot.

**4.** Ha időpontja van orvoshoz, akkor telefonon értesítse arról, hogy lehetséges a COVID-19 fertőzése. Hogyha a telefont nem veszi fel, akkor küldjön SMS-t, orvoshoz ne menjen.



**5.** Vészhelyzet esetén hívja a 155 számot, és értesítse diszpécserét, ha COVID-19 van vagy lehet.

**155**

**6.** Ha tüsszent vagy köhög, takarja le a száját ruhával vagy ruhadarabokkal. Ne használja a kezét egyedül, mert sok felületet.



**7.** Mosson kezet szappannal és meleg vízzel legalább 20 másodpercig naponta többször, vagy használjon fertőtlenítőszer legalább 60% alkoholt tartalmazó törülközőkhöz.



**8.** Ha lehetséges, maradjon külön szobában, távol otthonának más embereitől. Használjon külön fürdőszobát és WC-t is, ha van ilyen.



**9.** Kerülje a személyes tárgyak megosztását otthoni emberekkel, például edények, törülközők és ágyneműk.



**10.** Tisztítson meg minden olyan felületet, amelyet gyakran érint, például az asztalokat és a fogantyúkat. A felületeken használjon háztartási fertőtlenítőszereket.

