

10 ELEMENTE COMPORTAMENTALE CARE TREBUIE URMATE (SURSA-MINISTERUL SANATATII)

1. **Spalati-va mainile de multe ori;**
2. **Evitati contactul cu persoane care sunt suspecte de infectii respiratorii acute;**
3. **Nu va atingeti ochii , nasul si gura cu mainile;**
4. **Acoperiti-va gura si nasul daca stranutati sau tusiti;**
5. **Nu luati medicamente antivirale si nici antibiotice decat in cazul in care va prescrie medicul;**
6. **Curatati toate suprafetele cu dezinfectanti pe baza de clor sau alcool;**
7. **Utilizati masca pentru protectia dumneavoastra;**
8. **Produsele "MADE in CHINA" sau pachetele primite din China nu sunt periculoase;**
9. **Sunati la 112 daca aveti febra, tusiti sau v-ati intors din zonele in carantina din Europa de cel putin 14 zile;**
10. **Animalele de companie nu transmit coronavirus.**

SPALATI-VA MAINILE DE MULTE ORI

Spalarea si dezinfectarea mainilor sunt actiuni decisive pentru a preveni infectia. Mainile se spala cu apa si sapun cel putin 20 de secunde. Daca nu exista apa si sapun, puteti folosi un dezinfectant pentru maini pe baza de alcool de 60%.

Spalarea mainilor elimina virusul.

EVITATI CONTACTUL CU PERSOANE CARE SUNT SUSPECTE DE INFECTII RESPIRATORII ACUTE

Mentineti distanta de cel putin 1 metru intre dumneavoastra si alte persoane, in special cand acestea tusec, stranuta sau au febra, deoarece picaturile de saliva pot transmite virusul de la o distanta apropiata.

NU VA ATINGETI OCHII , NASUL SI GURA CU MAINILE

Virusul se transmite mai ales pe cale respiratorie, dar poate intra in corp prin ochi, nas si gura, astfel eviati atingerea daca nu v-ati spalat bine mainile.

Mainile intra in contact cu suprafetele contaminate de virus raspandindu-se in tot corpul .

ACOPERITI-VA GURA SI NASUL DACA STRANUTATI SAU TUSITI

Daca aveti infectie respiratoare acuta, evitati apropierea de alte persoane, tusiti cu gura acoperita sau intr-un servetel de preferat de unica folosinta, purtati masca de protectie si spalati mainile.

Daca in momentul in care tusiti va acoperiti gura cu mainile ,puteti contamina obiecte sau persoane cu care veniti in contact.

NU LUATI MEDICAMENTE ANTIVIRALE SI NICI ANTIBIOTICE DECAT IN CAZUL IN CARE VA PRESCRIE MEDICUL

Momentan, nu exista cercetari stiintifice care evidentiaza ca folosirea medicamentelor antivirale, pot preveni infectarea cu noul coronavirus (Covid-19). Antibioticele functioneaza doar impotriva bacteriilor nu impotriva virusului.

Covid-19 este un virus, deci nu se utilizeaza antibiotic ca si metoda de prevenire sau tratament, decat in cazul in care se constata si o infectie bacteriana.

CURATATI TOATE SUPRAFETELE CU DEZINFECTANTI PE BAZA DE CLOR SAU ALCOOL

Dezinfectantii chimici ce pot ucide noul coronavirus (Covid-19), sunt dezinfectanti ce contin, clor, innalbitori, solvent, etanol de 75%, acid paracetic si cloroform. Medicul si farmacistul dumneavoastra vor sti ce sa recomande.

UTILIZATI MASCA PENTRU PROTECTIA DUMNEAVOASTRA

UTILIZAREA MASTII DE PROTECTIE – ajuta si limiteaza raspandirea virusului. Trebuie sa fie folosita impreuna cu celelalte masuri de igiena printre care spalarea mainilor pentru cel putin 20 de secunde. Nu este necesar a se folosi masti de protectie suprapuse una peste alta.

PRODUSELE MADE IN CHINA SAU PACHETELE PRIMITE DIN CHINA NU SUNT PERICULOASE

Organizatia Mondiala a Sanatatii a declarat ca persoanele care primesc pachete din China nu se supun nici unui risc de a se contamina cu noul coronavirus, deoarece acesta nu traieste mult timp pe suprafete. Pana in prezent nu exista nici o dovada ca produsele/obiectele produse in China pot transmite noul coronavirus (Covid-19).

SUNATI LA 112 DACA AVETI FEBRA, TUSITI SAU V-ATI INTORS DIN ZONELE IN CARANTINA DIN EUROPA DE CEL PUTIN 14 ZILE

Perioada de incubatie a noului coronavirus, este cuprins intre 1 si 14 zile. Daca v-ati intors dintr-o calatorie din zonele in carantina din Europa de mai putin de 14 zile sau ati intrat in contact cu persoane care s-au intors din zonele in carantina din Europa de mai putin 14 zile si aveti febra, tusiti, prezentati dificultate respiratorie, dureri musculare si stari de oboseala, sunati la 112 pentru a primi informatii necesare. Purtati masca de protectie daca intrati in contact cu alte persoane, folositi servetele de unica folosinta si spala bine mainile.

ANIMALELE DE COMPANIE NU TRANSMIT CORONAVIRUS

In acest moment nu exista dovezi ca animalele de companie, caini si pisici pot fi infectate de virus. In orice caz, trebuie sa ne spalam tot timpul mainile cu apa si sapun dupa ce intram in contact cu animalele de companie.

! Informatii suplimentare gasiti si pe site-ul Ministerului Sanatatii: www.ms.ro si pe site-ul Institutului National de Sanatate Publica: <https://www.cnscbt.ro/>