

KORONAWIRUS SARS-COV-2 – WAŻNE INFORMACJE!

W związku ze zwiększającą się zachorowalnością na koronawirusa SARS-COV-2 oraz planowanymi powrotami osób z zagranicy, w trosce o wspólne bezpieczeństwo zdrowotne, apelujemy o przestrzeganie zaleceń Państwowej Inspekcji Sanitarnej i stosowanie się do wytycznych służb sanitarnych w zakresie kwarantanny i zasad higieny.

APELUJEMY O ZACHOWANIE SZCZEGÓLNYCH ŚRODKÓW OSTROŻNOŚCI WŚRÓD OSÓB POWRACAJĄCYCH Z ZAGRANICY.

Jeżeli w ciągu ostatnich 14 dni byłeś w rejonie występowania koronawirusa lub miałeś kontakt z osobą, u której potwierdzono infekcję koronawirusem wywołującym chorobę COVID-19 oraz masz kliniczne objawy infekcji – gorączkę, kaszel, duszności i trudności z oddychaniem

NIE UDAWAJ SIĘ SAMODZIELNIE DO PRZYCHODNI LUB SZPITALA!

Numer całodobowej infolinii uruchomionej przez Narodowy Fundusz Zdrowia dotyczący postępowania w przypadku podejrzenia zarażenia koronawirusem - 800 190 590

Jeżeli zauważyłeś u siebie objawy koronawirusa:

- bezzwłocznie, telefonicznie powiadom stację sanitarno – epidemiologiczną - najbliższy oddział w Chrzanowie **tel. 32 623 24 07 lub alarmowy 600-965-908**
- lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno – zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.

Wykaz szpitali z oddziałami zakaźnymi:

[zabezpieczenie I rzutowe](#) (najlepsze przygotowanie, miejsca dla dużej liczby populacji)

- Szpital Uniwersytecki w Krakowie, ul. Macieja Jakubowskiego 2 oddział Kliniczny Chorób Zakaźnych, tel. 12/424 73 41 (dyżur lekarski – 12/400 20 47; sekretariat – 12/400 20 00)

- Szpital Specjalistyczny im. S. Żeromskiego w Krakowie, (z możliwością hospitalizacji dzieci) os. Na Skarpie 66, tel. 12/644 01 44.

[zabezpieczenie II rzutowe](#) (jeżeli jest bliżej lub w pierwszym rzucie nie ma miejsc)

- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Myślenicach, ul. Szpitalna 2, tel. 12/273 03 55

- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Proszowicach, ul. Kopernika 13, tel. 12/386 51 00

[zabezpieczenie III rzutowe](#) – pozostałe szpitale posiadające oddziały zakaźne

- Zespół Opieki Zdrowotnej w Dąbrowie Tarnowskiej, ul. Szpitalna 1 tel. 14/642 28 31

- Szpital Św. Anny w Miechowie, ul. Szpitalna 3 tel. 41/382 03 33

- Nowy Szpital w Olkuszu, Al. 1000-lecia 13 tel. 41/240 12 00
- 5 Wojskowy Szpital Kliniczny Poliklinika w Krakowie, ul. Wrocławska 1-3 tel. 12/630 81 40
- Krakowski Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II w Krakowie, ul. Prądnicza 8 – oddział dla dzieci tel. 12/614 20 00 tel. sekretariat 12/614 23 23
- Specjalistyczny Szpital im. Edwarda Szczeklika w Tarnowie, ul. Szpitalna 13 – oddział dla dzieci tel. pielęgniarki 14/631 03 67, tel. lekarze 14/631 03 92
- Szpital Specjalistyczny im. Jędrzeja Śniadeckiego w Nowym Sączu, ul. Młyńska tel. centrala 18/443 88 77.

Jeżeli nie zaobserwowałeś u siebie żadnego z wyżej wymienionych objawów, to przez kolejne 14 dni kontroluj swój stan zdrowia, czyli codziennie mierz temperaturę ciała oraz zwróć uwagę na występowanie objawów grypopodobnych (złe samopoczucie, bóle mięśniowe, kaszel).

Jeżeli po 14 dniach samoobserwacji nie wystąpiły wyżej wymienione objawy to zakończ kontrolę.

STOSUJ PODSTAWOWE ZASADY BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY:

- Jeśli nie jest to konieczne – unikaj dużych zgromadzeń ludzi
- Myj często ręce wodą z mydłem lub środkiem odkażającym na bazie alkoholu – ten konkretny koronawirus jest podatny nawet na słabsze detergenty – nie ma konieczności stosowania (trudnodostępnych obecnie) dedykowanych specyfików do odkażania.
- W miejscu, za którego czystość odpowiadasz – dbaj o czystość klamek, uchwytów i poręczy. Zalecenie to ma szczególne zastosowanie dla kierowników i dyrektorów instytucji, firm i większych podmiotów. Przekaż wytyczne służbom sprzątającym oraz stosuj te przekazane przez Inspektorat Sanitarny.
- Zachowaj co najmniej 1-1,5 metr odległości z osobą, która kaszle, kicha lub ma gorączkę.
- W trakcie trwania epidemii rezygnuj z powitań poprzez uścisk dłoni.
- Unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust.
- Zasłaniaj usta i nos zgiętym ramieniem lub jednorazową chusteczką kiedy kaszlesz lub kichasz.
- Regularnie dezynfekuj swój telefon i nie korzystaj z niego podczas spożywania posiłków
- Pamiętaj o opiece nad osobami starszymi i osobami o obniżonej odporności!
- Nie idź do pracy jeśli masz objawy chorobowe (nie tylko spójne z tymi dla COVID-19) – zostań w domu. Nie posyłaj też przeziębionego dziecka do szkoły.
- Nie zbliżaj się do osób chorych.

- Śledź doniesienia miejscowych służb i instytucji odpowiedzialnych za bezpieczeństwo ludności. Bądź poinformowany! – koniecznie zapoznaj się z

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

- Link do strony Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Chrzanowie: <https://pssechrzanow.wsse.krakow.pl/index.php>