

## Dla mieszkańca

Published: Thursday, 12 March 2020 08:33

Hits: 9195

---

Zapraszamy Państwa do zapoznania się z materiałami na temat koronawirusa przygotowanymi przez instytucje państwowe.

Polecamy następujące strony dedykowane koronawirusowi:

Główny Inspektorat Sanitarny: <https://gis.gov.pl/>

Ministerstwo Zdrowia: [www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)

Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego: <https://www.pzh.gov.pl/materialy-edukacyjne-na-temat-koronawirusa/>

Przypominamy o stosowaniu się do wszystkich zaleceń służb sanitarnych i medycznych!



**NFZ**

**KORONAWIRUS** powoduje gorączkę, kaszel, duszności, bóle mięśni i zmęczenie.

Przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania czy mówienia.

## Jak zapobiegać zakażeniu?



**Często myj ręce**, używając mydła i wody.



Kiedy kaszlesz lub kichasz, **zakrywaj usta i nos**.



**Zachowaj co najmniej 1 metr** odległości od osób, które kaszlą i kichają.



Jeśli **wracasz z regionu**, gdzie występuje koronawirus i **masz objawy** choroby lub miałeś **kontakt z osobą zakażoną**, powiadom telefonicznie o tym stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się do oddziału obserwacyjno-zakaźnego.

**Infolinia NFZ**

**800 190 590**

[www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)