



NE KERÜLJÖN FEL A KORONA A FEJÜNKRE, avagy óvintézkedések a koronavírus terjedésének megakadályozására



A koronavírus ugyanúgy cseppfertőzéssel terjed, mint az influenza, tehát köhögéssel, tüsszentéssel, kilégzéssel kerül a környezetbe.

A vírus terjedésének megakadályozására, valamint önmaga és embertársai egészségének védelme érdekében, kérjük, tartsa be az alábbi óvintézkedéseket:

- Kerülje a szoros kapcsolatot olyan személlyel, aki vírushordozó lehet, mert például a közelmúltban valamely külföldi fertőzött területen járt! Lázas beteggel lehetőség szerint kerülje az érintkezés minden formáját!
- Kerülje el a köhögő, légúti tüneteket mutató embereket, a nagy tömeget! Lehetőség szerint mellőzze a tömegközlekedést!
- Alaposan és gyakran mosson kezet! Szappanos vízzel vagy legalább 60% alkoholtartalmú kézfertőtlenítővel tisztítsa meg a kezét, ügyeljen a körmei alatti, és az ujjai közötti területekre is!
- Szellőztessen gyakran! Ez vonatkozik az otthonra, az irodákra és minden zárt térre.
- Köhögéskor és tüsszentéskor takarja el az orrát és a száját behajlított könyökével, vagy zsebkendővel, utána dobja ki a zsebkendőt és mosson kezet!
- A megszokott érintkezési és üdvözlési formákat, például a kézfogást, a puszit, a baráti ölelést tanácsos mellőznie.
- Fordítson fokozott figyelmet immunrendszere erősítésére, fogyasszon elegendő vitamint!
- Használjon maszkot, ha légzőszervi tünetei vannak, ezzel védi a környezetében lévőket!
- Szemhez, szájhoz, archoz csak kézmosás után nyúljon!
- Amennyiben a koronavírusra jellemző tünetet észleli magán, telefonáljon háziorvosának, ne menjen be a rendelőbe!



**A koronavírusral kapcsolatban hívható
zöld számok:
06 80 277 455
06 80 277 456**

A koronavírusról az alábbi elérhetőségeken tájékozódhat:

<https://koronavirus.gov.hu/>

<https://www.facebook.com/koronavirus.gov.hu>

PEST MEGYEI RENDŐR-FŐKAPITÁNYSÁG BŰNMEGELŐZÉSI OSZTÁLY

Ingyenesen hívható segélyhívó telefonszámok, a nap 24 órájában: 107, 112

**PEST MEGYEI RENDŐR-FŐKAPITÁNYSÁG
BŰNMEGELŐZÉSI OSZTÁLY**

Filename: elbir-felnotteknek.doc
Directory: /Users/nikolaszkority/Library/Containers/com.microsoft.Word/
Data/Documents
Template: Normal.dotm
Title: Tisztelt Bálozók
Subject:
Author: PMRFK
Keywords:
Comments:
Creation Date: 16/03/2020 21:24:00
Change Number: 2
Last Saved On: 16/03/2020 21:24:00
Last Saved By: Microsoft Office User
Total Editing Time: 0 Minutes
Last Printed On: 16/03/2020 21:24:00
As of Last Complete Printing
Number of Pages: 1
Number of Words: 241
Number of Characters: 2 088 (approx.)