

Превантивни мерки за да избегнем разпространяването на коронавируса SARS-CoV-2

ОБЩИ ПРЕДПАЗНИ МЕРКИ

- Трябва често да се мият ръцете



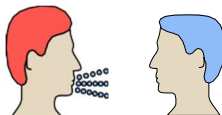
- При кашляне и кихане трябва да се предпазвате с еднократни кърпички или с вътрешната част на лакътя, и да се измиват веднага ръцете



- Трябва да се спазва предпазно разстояние между хората (между 1 и 2 метра)



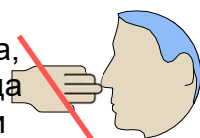
- Избягвайте контакт от близо с хора, които имат признаци на дихателна инфекция



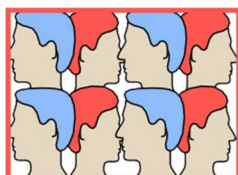
- Трябва да се избягва споделянето на храна или прибори, без предварително прилежно да се измият



- След пипане на предмети, особено на публични места, трябва да се въздържате да се пипате по устата, носа и очите, без да сте си измили предварително много добре ръцете



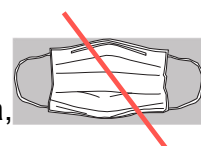
- Трябва да се избягват навалици и затворените помещения с много хора



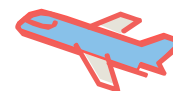
- Трябва да пазим възрастните хора и хората с хронични заболявания и да избягваме посещения в старческите домове



- Не е необходимо да се използват предпазните маски на публични места, ако не се препоръча от медицинско лице



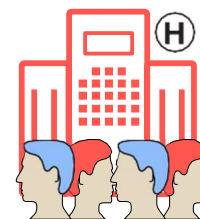
- Трябва да се избегнат пътуванията, ако не са наложителни



- Препоръчва се всеки, който има симптоми на затруднено дишане и температура, да си остане в къщи, да не ходи на работа, и да ограничи социалните си контакти



- Трябва да се използва отговорно здравната система и да се отива до здравните центрове единствено ако е напълно наложително.



Ако не се чувстваш добре,

Обади се на

061/Salut
Respon

И ще Ви информират какво трябва да направите

За повече информация, направете справка на canalsalut.gencat.cat/coronavirus



Generalitat
de Catalunya

/Salut