



## **INFORMACJA**

**Wielkopolskiego Państwowego Wojewódzkiego Inspektora Sanitarnego  
dotycząca domów pomocy społecznej,  
zakładów opiekuńczo-leczniczych, hospicjów**

**w związku z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19  
przypomina się o wydanym Poleceniu Wojewody Wielkopolskiego z dnia  
12 marca 2020 r. o czasowym ograniczeniu działalności domów pomocy  
społecznej, poprzez:**

- a) zakaz opuszczania terenu jednostki przez mieszkańców, za  
wyjątkiem sytuacji zdrowotnych wymagających konsultacji  
medycznych,**
- b) zakaz odwiedzin w domach pomocy społecznej,**
- c) zakaz urlopowania mieszkańców**

**do dnia 25 marca 2020 r.**

**Niezmiernie ważnym jest otoczenie szczególną opieką i troską  
podopiecznych wyżej wymienionych placówek oraz przestrzeganie przez  
personel reżimu sanitarnego zgodnie z niżej wymienionymi zasadami**

# **INFORMACJE DLA PODOPIECZNYCH DOMÓW POMOCY SPOŁECZNEJ, ZAKŁADÓW OPIEKUŃCZO-LECZNICZYCH, HOSPICJÓW ITP. ORAZ OSÓB SPRAWUJACYCH OPIEKĘ NAD NIMI**

## **Często myj ręce**

Należy pamiętać o częstym myciu rąk wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować je płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60%). Istnieje ryzyko przeniesienia wirusa z zanieczyszczonych powierzchni na rękach. Dlatego częste mycie rąk zmniejsza ryzyko zakażenia.

## **Unikaj dotykania oczu, nosa i ust**

Dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być zanieczyszczone wirusem. Dotknięcie oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, może spowodować przeniesienie się wirusa z powierzchni na siebie.

## **Regularnie myj lub dezynfekuj powierzchnie dotykowe i przedmioty codziennego użytku**

Powierzchnie dotykowe np. biurka, lady i stoły, klamki, włączniki światła, poręcze, przedmioty osobiste (np. okulary) muszą być regularnie przecierane z użyciem wody i detergentu lub środka dezynfekcyjnego. Wszystkie miejsca, z których często korzystają mieszkańcy powinny być starannie dezynfekowane.

## **Regularnie dezynfekuj swój telefon i nie korzystaj z niego podczas spożywania posiłków**

Na powierzchni telefonów komórkowych bardzo łatwo gromadzą się chorobotwórcze drobnoustroje dlatego należy pamiętać o regularnej dezynfekcji telefonu komórkowego (np.: wilgotnymi chusteczkami nasączonymi środkiem

dezynfekującym). Nie kładź telefonu na stole i nie korzystaj z niego podczas spożywania posiłków.

### **Zachowaj bezpieczną odległość od rozmówcy**

Należy zachować co najmniej 1-2 metrów odległości z osobą, która kaszle, kicha lub ma gorączkę.

### **Stosuj zasady ochrony podczas kichania i kaszlu**

Podczas kaszlu i kichania należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce używając mydła i wody lub zdezynfekować je środkami na bazie alkoholu (min. 60%). Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazków, w tym wirusów. Często wietrz pomieszczenia.

### **Korzystaj ze sprawdzonych źródeł wiedzy o koronawirusie**

Niepokój to naturalny odruch w przypadku występowania nowego zagrożenia zdrowotnego. Korzystaj ze sprawdzonych źródeł wiedzy opartych na dowodach naukowych, które publikowane są na stronach internetowych GIS i MZ. Wiedza naukowa to najskuteczniejsze narzędzie w walce z koronawirusem.

*Opracowano na podstawie informacji Głównego Inspektora Sanitarnego*

### **W przypadku zaobserwowania niepokojących objawów takich jak:**

- wzrost temperatury ciała powyżej 38 st. C,
- kaszel,
- duszność

**należy telefonicznie zgłosić je pracownikowi właściwej miejscowo powiatowej stacji sanitarno-epidemiologicznej lub do oddziału zakaźnego**

# Jak skutecznie myć ręce?



**1** Zwilż ręce ciepłą wodą. Natóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



**2** Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



**3** Spleć palce i namydl je.



**4** Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



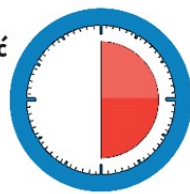
**5** Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



**6** Namydl obydwie nadgarstki.



**7** Spłucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wyszusz je starannie.



**Całkowity czas:  
30 sekund**

**Nie zapomnij umyć tych obszarów:**



Główny Inspektorat Sanitarny

