

# PSSE w Limanowej przypomina o przestrzeganiu zasad bezpieczeństwa w związku z epidemią COVID-19

W związku z aktualną sytuacją epidemiologiczną rozprzestrzeniania się wirusa SARS-CoV-2 na terenie powiatu limanowskiego Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny apeluje do mieszkańców o przestrzeganiu nakazów i zakazów zawartych w aktualnie obowiązujących przepisach prawnych oraz wytycznych Głównego Inspektora Sanitarnego.

Mając na uwadze ochronę życia i zdrowia własnego i innych należy zachowywać podstawowe zasady zapobiegawcze, które istotnie ograniczają ryzyka zakażenia:

- zachować bezpieczną odległość od rozmówcy (1,5 – 2 metry ), jeśli nie ma możliwości zachowania zalecanego dystansu należy zasłaniać usta i nos ( szczególnie w obiektach użyteczności publicznej, sklepach i komunikacji publicznej)
- regularne i dokładne myć ręce wodą z mydłem lub dezynfekować dłonie środkiem na bazie alkoholu (min. 60%), częste mycie rąk ww. metodami skutecznie eliminuje wirusa;
- zwracać szczególną uwagę , aby podczas pracy, czy wizyty w miejscu publicznym **NIE** dotykać dłońmi okolic twarzy zwłaszcza ust, nosa i oczu, wirus ma zdolność do krótkotrwałego przebywania na powierzchniach i przedmiotach jeśli skażone zostały wydzieliną oddechową osób chorych (w trakcie kaszlu, czy kichania). Istnieje ryzyko przeniesienia wirusa z zanieczyszczonych powierzchni na rękach np. dotykając twarzy lub pocierając oczy;

- powierzchnie dotykowe w tym biurka, lamy i stoły, klamki, włączniki światła, poręcze i inne przedmioty (np. telefony, klawiatury) muszą być regularnie wycierane środkiem dezynfekującym;
- 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%). Jeśli nie przestrzega się tej zasady można łatwo zanieczyścić różne przedmioty i powierzchnie;
- osoby mające objawy takie jak : gorączka, kaszel złe samopoczucie powinny jak najszybciej skontaktować się telefonicznie z lekarzem, powiadomić stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłosić się bezpośrednio do oddziału zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego. Należy unikać korzystania z transportu publicznego.

Źródło: [psselimanowa.wsse.krakow.pl](http://psselimanowa.wsse.krakow.pl)