

FONTOS TUDNIVALÓK

HOGYAN KERÜLD EL A KORONA VÍRUST?

- Moss naponta többször alaposan kezet, használj kézfertőtlenítőt is!
- Kerüld a kézfogást, ölelést, puszikat!
- Tartsd a távolságot azoktól, akiken a betegség tünetei látnak!
- Tüsszentés vagy köhögés esetén használj papírzsebkendőt vagy a kézhajlatodat!
- Minél többször fertőtleníts tisztítószerrel (kilincsek, telefon, közös használati tárgyak)!
- Szellőztess ki rendszeresen a közös helyiségeket!
- Kerüld a tömegközlekedést és a zsúfolt helyeket!
- Szedj C vitamint, fogyassz sok gyümölcsöt, folyadékot!
- Otthon is járj el a fentiek alapján!

BETEGSÉG TÜNETEI:

- Orrfolyás, köhögés, fejfájás, torokfájás
- Magas, 39 °C feletti láz
- Légszomj vagy légzési nehézségek
- Izomfájdalmak

**HA ÉSZLELED MAGADON A TÜNETEKET,
MARADJ OTTHON ÉS TELEFONÁLJ A
HÁZIORVOSODNAK, MUNKAHELYI VEZETŐDNEK!**

HIVATALOS INFORMÁCIÓK:
<https://koronavirus.gov.hu/>
06-80-277-455, 06-80-277-456