



## SZEF OBRONY CYWILNEJ GMINY



### ZASADY POSTĘPOWANIA LUDNOŚCI W PRZYPADKU WYSTĄPIENIA CHOROÓB EPIDEMIOLOGICZNYCH ZAPAMIĘTAJ !

#### **Kiedy istnieje podejrzenie wystąpienia epidemii:**

- Unikaj dużych zbiorowisk ludzkich.
- Unikaj kontaktu z osobą chorą twarz w twarz.
- Jeżeli wystąpiły u Ciebie objawy chorobowe lub kontaktowałeś się z osobą chorą załóż na twarz maskę z gazy lub bibuły co zmniejszy ryzyko zakażenia innych.
- Przestrzegaj podstawowych zasad higieny osobistej.
- Rygorystycznie przestrzegaj zaleceń, zakazów i nakazów wydawanych przez władze i służby odpowiedzialne za bezpieczeństwo sanitarno-epidemiologiczne

#### **Co robić aby w przypadku zagrożenia chronić siebie i najbliższych:**

- Nie lekceważ ostrych objawów chorobowych, które wystąpiły nagle i skontaktuj się z lekarzem w celu przebadania.
- Nie lekceważ sytuacji kiedy te same objawy chorobowe w krótkim czasie wystąpiły u Ciebie i osoby lub osób, z którymi miałeś kontakt.
- Przestrzegaj terminów szczepień ochronnych.
- skontaktuj się z lekarzem jeśli wystąpią u Ciebie nagle nietypowe objawy chorobowe a ty niedawno powróciłeś z egzotycznego kraju.