

Kašlete na hygienu?

CHRAŇTE SEBE I VAŠE BLÍZKÉ!

Dodržujte hygienické zásady:



1

SPRÁVNĚ SI MÝT RUCE



VYHÝBAT SE MÍSTŮM S VYŠŠÍ KONCENTRACÍ LIDÍ

A pokud se cítíte nastydlí nebo oslabení, držujte se doma a přijměte další hygienická opatření, abyste nenakazili své nejbližší.



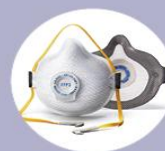
4



POUŽÍT DESINFEKCI

V době epidemie je vhodné používat také desinfekční gel v průběhu celého dne, zejména pokud se vyskytujeme ve veřejných prostorách, kde se dotýkáme povrchů či předmětů holou rukou.

2



OCHRANA DÝCHACÍCH CEST

V případě virové epidemie je nutné se chránit také rouškou nebo respirátorem.

5

SPRÁVNĚ ODKAŠLÁVÁNÍ

Kapesník nebo předloktí jsou ta správná místa, kam si můžete odkašlat nebo kýchnout. Nikdy ne přímo do dlaně!



3

VČASNÝ KONTAKT LÉKAŘE

V případě zjištění závažných příznaků nemoci prosím kontaktuje lékaře telefonicky. K dispozici je také linka 724 810 106.



6

„Není potřeba panikařit, ale dodržovat základní hygienické zásady. Situace si žádá jejich zopakování.“

JUDr. Martin Netolický, Ph.D.
Hejtmán a předseda Bezpečnostní rady Pardubického kraje

„Každý z nás může svým zodpovědným chováním přispět k mírnějším dopadům šíření jakékoliv nákazy.“

MUDr. Olga Hégrová
Krajská hygienická stanice Pardubického kraje



WWW.PARDUBICKYKRAJ.CZ/KORONAVIRUS

V souvislosti s aktuální situací byla zřízena speciální infolinka **Krajské hygienické stanice Pardubického kraje** pro občany.

Telefon: 602 730 251

Linka je v provozu:

- v pracovní dny od 14:00 do 19:00 hodin
- o víkendu od 9:00 do 19:00

Aktuální regionální informace a opatření můžete sledovat na:

<https://www.pardubickykraj.cz/koronavirus>