

# HOGYAN ELŐZHETEM MEG A COVID-19 BETEGSÉG TERJEDÉSÉT

## TÜNETEK



LÁZ



KÖHÖGÉS



LÉGSZOMJ

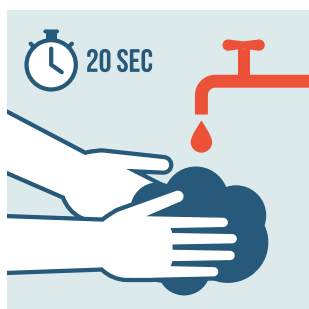


TOROKFÁJÁS

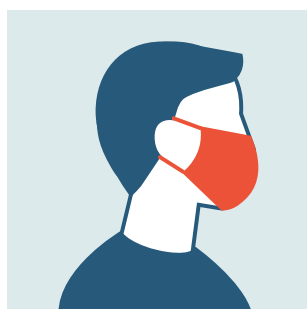


FEJFÁJÁS

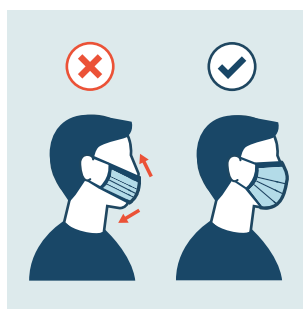
## HOGYAN VÉDHETEM MAGAMAT



Mossa meg a kezét, mielőtt felteszi a maszkot vagy a respirátort.



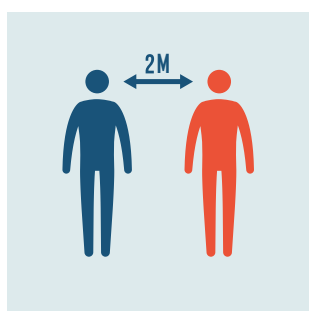
Viseljen respirátort nyilvános helyen, a buszon, az üzletben, amikor orvosát meglátogatja.



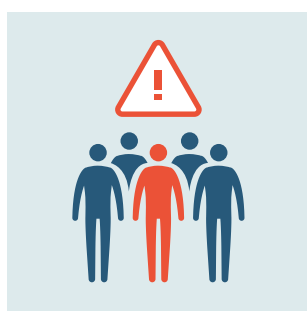
A maszknak / respirátornak el kell fednie az orrát, a száját, de az állát is.



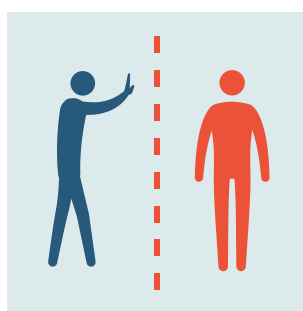
Soha ne kölcsönözze a maszkot / respirátort / senkinek, még családtagjának sem.



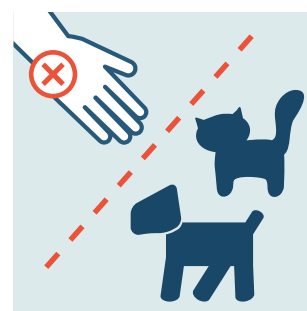
Tartson legalább 2m távolságot más emberektől.



Kerülje a zsúfolt helyeket. Ne szervezzen és ne vegyen részt családi ünnepeken több emberrel.



Ne találkozzon beteg emberekkel, még akkor sem, ha a családtagjairól van szó.



Ne érjen idegen vagy szabadon élő állatokhoz.

# MIT TEGYEK, HA A COVID-19 BETEGSÉGNEK JELEI VANNAK RAJTAM

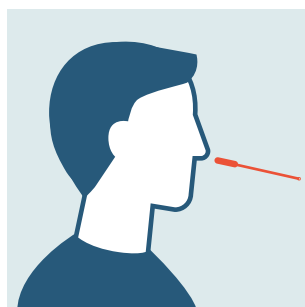
## TÜNETEIM VANNAK



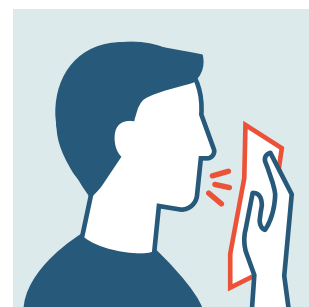
Telefonon keresse fel orvosát.



Maradjon otthon, korlátozza a kapcsolatot más emberekkel.



Legyen tesztelve. Mondja el a személyzetnek, hogy COVID-19 tünetei vannak.



Használjon papírzsebkendőt köhögésre, tüsszentésre. Használat után dobja el és mossa meg a kezét szappannal.

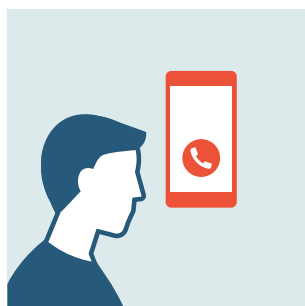
## EL VAGYOK SZIGETELVE VAGY KARANTÉNBAN VAGYOK



Maradjon otthon, korlátozza a kapcsolatot más emberekkel.



Szigetelje el magát a háztartás többi tagjától. Ha nincs erre lehetősége, viseljen maszkot.



Tájékoztassa az összes olyan személyt, akivel kapcsolatban állt, hogy COVID pozitív.



Használja saját edényeit, poharait, evőeszközöket (használat után mindent mosson le meleg vízzel és mosószerrel).



Figyelje egészségi állapotát. Hívja orvosát, ha enyhe tüneteket tapasztal. Komoly problémák (légszomj, mellkasi nyomás) esetén hívja a mentőket.



Fertőtlenítsen azokat a felületeket, amelyeket naponta otthon érint meg (asztal, székek, ajtó-és ablakfogantyúk, távirányító, telefon).



Szellőztessen rendszeresen. Azt a fürdőszobát vagy helyiséget, ahol mosakodott használat utolsóként és fertőtlenítsen.



Ha nem érez tüneteket (köhögés, láz) forduljon orvosához.