

Pravilna higiena kašlja

— Novi koronavirus SARS-CoV-2 —

1



Preden zakašljate/kihnete si pokrijte usta in nos s papirnatim robčkom.

ali

2



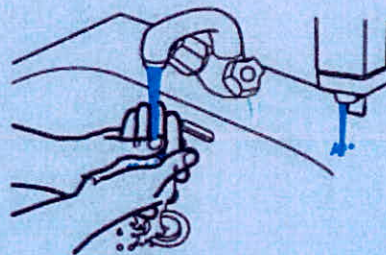
Zakašljajte/kihnite v zgornji del rokava.

3



Papirnat robček po vsaki uporabi odvrzite v koš.

4



Po kašljanju/kihanju si umijte roke z milom ter vodo.

Nasveti za umivanje rok

— Novi koronavirus SARS-CoV-2 —

1



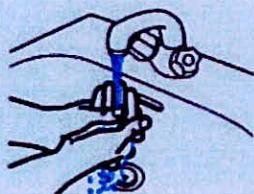
Roke najprej dobro splaknemo pod toplo tekočo vodo.

2



Z **milom**, ki ga nanese po celotni površini rok, si drgnemo roke **1 minuto**, po vseh predelih (dlani, hrbtišča, med prsti, palca in tudi pod nohti obeh rok).

3



Milo dobro speremo z rok s toplo vodo.

4



S papirnato brisačo za enkratno uporabo si roke obrišemo do suhega. Pipo zapremo s papirnato brisačo in pazimo, da se je z umitimi rokami ne dotaknemo več.

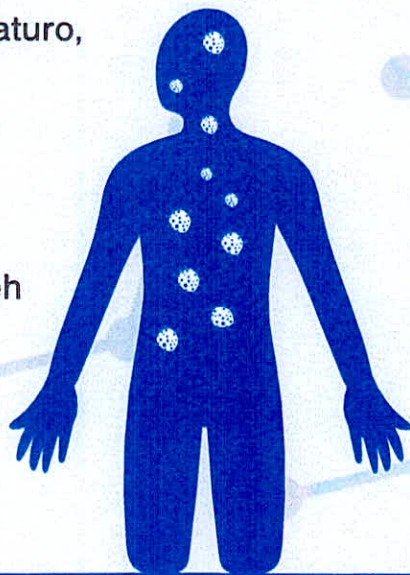
Navodila za obiskovalce domov za starejše (DSO) in drugih socialno varstvenih zavodov (SVZ)

V času povečanega pojavljanja akutnih okužb dihal in drugih obolenj, je pomembno, da v domovih za starejše zmanjšamo tveganje za širjenje teh okužb.

Zato je pomembno, da tudi obiskovalci v teh ustanovah, upoštevate osnovna načela preprečevanja okužb.

1. Odložite obisk, kadar se ne počutite dobro, ali imate:

- ▶ povišano telesno temperaturo,
- ▶ mraženje,
- ▶ kašelj,
- ▶ bolečine v žrelu,
- ▶ glavobol,
- ▶ bolečine v mišicah, kosteh in sklepih
- ▶ izcedek iz nosu,
- ▶ glavobol,
- ▶ bruhanje,
- ▶ drisko.



2. Kadar ste na obisku v ustanovi upoštevajte naslednja osnovna higienska načela:



- ▶ Preden zakašljate ali kihnete si **pokrijte usta in nos s papirnatim robčkom**, ki ga nato **odvrzite v koš za smeti**.



- ▶ Če nimate robčka **zakašljajte/kihnite v zgornji del rokava**.



- ▶ Po kašljanju, kihanju in brisanju nosu si **vedno umijte roke**.



- ▶ S **tekočim milom in vodo si umijte roke pred vstopom** v sobo, po odhodu iz sobe in ustanove.



- ▶ Kjer ni možnosti umivanja rok, uporabite **alkoholno razkužilo za roke**, ki ga nanese na suho kožo; vsebnost alkohola v razkužilu naj bo najmanj 60 %.



- ▶ Med obiskom se **z rokami ne dotikajte oči, nosu ali ust**, ker si lahko z različnih površin virus sami zanesete v telo.

- ▶ Če tesen stik z obolelo osebo ni potreben, vzdržujte razdaljo **1,5 metra**.