Zalecenia Głównego Inspektora Sanitarnego związane z decyzją zawieszeniem działalności placówek dydaktyczno-wychowawczych, uczelni wyższych oraz działalności instytucji kultury i placówek szkolnictwa artystycznego, w celu ograniczenia szerzenia wirusa SARS-CoV-2

12.03.2020

W związku z szerzeniem się na całym świecie zakażeń wywołanych koronawirusem wystąpiły zachorowania z objawami: gorączki, kaszlu, duszności i problemów z oddychaniem.

1) jeśli po podróży z obszaru, w którym występuje lokalna lub o małym stopniu rozpowszechnienia transmisja COVID-19, zaobserwowałeś u siebie te objawy to:

- **bezzwłocznie, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną**
- **lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.**

2) jeśli nie zaobserwowałeś u siebie wyżej wymienionych objawów, to przez kolejne 14 dni kontroluj swój stan zdrowia, czyli codziennie mierz temperaturę ciała oraz zwróć uwagę na występowanie objawów grypopodobnych (złe samopoczucie, bóle mięśniowe, kaszel).

a) Jeżeli po 14 dniach samoobserwacji nie wystąpiły wyżej wymienione objawy, zakończ kontrolę.

b) Jeżeli w ciągu 14 dni samoobserwacji zaobserwujesz wyżej wymienione objawy to:

- **pozostań w domu,**
- **bezzwłocznie, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną,**
- **lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.**

3) jeśli miałeś kontakt z osobą chorą lub zakażoną koronawirusem to bezzwłocznie, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną.

Ponadto zaleca się:

- **unikanie miejsc publicznych, zatłoczonych, zgromadzeń i skupisk ludzkich,**
- **bezwzględne unikanie bliskiego kontaktu z osobami chorymi, w szczególności z objawami ze strony układu oddechowego,**
- **ścisłe przestrzeganie zasad higieny rąk – ręce myć często wodą z mydłem lub dezynfekować środkiem na bazie alkoholu,**
- **przestrzeganie zasad higieny podczas kaszki, kichania - zasłaniać łokciem lub chusteczką usta i nos,**
- **unikać dotykania dłońmi ust, nosa, oczu, aby nie przenieść wirusa z zanieczyszczonych powierzchni do organizmu.**

Rekomendacje dla studentów powracających z zagranicy

zaleca się:

- **Bezzwłoczny telefoniczny kontakt ze stacją sanitarno-epidemiologiczną właściwą dla miejsca pobytu w celu przeprowadzenia wywiadu epidemiologicznego.**
- **Na podstawie zebranych informacji z wywiadu pracownik stacji sanitarno-epidemiologicznej podejmuje decyzję o dalszym postępowaniu: hospitalizacji, kwarantannie czy samoobserwacji i pozostanie pod nadzorem epidemiologicznym.**

Rekomendacje dotyczące studentów mieszkających w domach studenckich

W związku z decyzją o zawieszeniu działalności placówek dydaktyczno-wychowawczych, uczelni wyższych oraz działalności instytucji kultury i placówek szkolnictwa artystycznego, a także odwołaniu imprez masowych w celu ograniczania dużych zgromadzeń ludzi Główny Inspektor Sanitarny rekomenduje opuszczenie domów studenckich przez studentów, jeżeli mają możliwość innego zakwaterowania. Pobyt pozostałych studentów w w domach studenckich powinien zostać zorganizowany w sposób umożliwiający maksymalne ograniczenie kontaktu między osobami, najlepiej w osobnych pokojach z odrębnym węzłem sanitarnym.