



**PAŃSTWOWY
POWIATOWY INSPEKTOR SANITARNY
W RYPINIE**

APEL Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Rypinie

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Rypinie **apeluje** do rodziców i opiekunów dzieci uczęszczających do przedszkoli, szkół podstawowych oraz młodzieży uczęszczającej do szkół ponadpodstawowych o odpowiedzialność i nie posyłanie do przedszkola czy szkoły chorego dziecka. W razie wystąpienia objawów chorobowych zaleca się pozostawienie dziecka w domu i kontakt z lekarzem, który podejmie odpowiednie działania.

Pozostanie w domu w przypadku objawów chorobowych ograniczy w znacznym stopniu szerzenie się chorób tj. grypa czy COVID-19.

Jednocześnie przypominamy, że skuteczna walka z koronawirusem jest możliwa dzięki przestrzeganiu podstawowych zasad postępowania. Pamiętajmy o zasadzie DDMA+W, czyli:

- Dystans
- Dezynfekcja
- Maseczka
- Aplikacja STOP COVID – ProteGO Safe
- Wietrzenie

Utrzymywanie dystansu społecznego min. 1,5 m, częste mycie rąk i ich dezynfekcja oraz zakrywanie ust i nosa to podstawowe czynności, które pozwalają ograniczyć ryzyko zakażenia koronawirusem. Warto też często **wietrzyć pomieszczenia, w których przebywamy, szczególnie w miejscach pracy czy placówkach oświatowych.**

Walkę z zagrożeniem wspiera też **aplikacja STOP COVID – ProteGO Safe.**

Jest ona w pełni bezpieczna, bezpłatna i dobrowolna. Im więcej osób będzie z niej korzystać, tym szybciej i skuteczniej ograniczymy tempo i zasięg rozprzestrzeniania się koronawirusa.

Pamiętajmy, że najskuteczniejszą formą przeciwdziałania wirusom grypy i SARS CoV- 2 są szczepienia ochronne.

Osoby zakażone koronawirusem zwykle mają:

- wysoką gorączkę,
- kaszel,
- katar
- duszności,
- utratę węchu lub smaku.
- mogą pojawić się takie objawy, jak bóle mięśni i głowy, biegunka, wysypka.

Pamiętaj, jeśli masz objawy COVID-19, zostań w domu i **umów się telefonicznie z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej (POZ)** na teleporadę. Lekarz po przeprowadzeniu oceny stanu zdrowia, podejmie odpowiednie działania.

Jeśli bardzo źle się czujesz – masz poważne duszności lub kłopoty z oddychaniem, zadzwoń niezwłocznie na 112 w celu uzyskania pomocy medycznej.

„RAZEM DZIAŁAMY Z WIRUSAMI GRYPY I SARS CoV-2 WYGRYWAMY”.

PAŃSTWOWY POWIATOWY
INSPEKTOR SANITARNY
W RYPINIE

Beata Grabowska

niepodlega

POLSKA
STULECIE ODZYSKANIA
NIEPODLEGŁOŚCI

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna
w Rypinie
ul. Warszawska 38a, 87 – 500 Rypin
psse.rypin@pis.gov.pl; www.gov.pl/web/psse-rypin