Image not found or type unknown

Koronawirus - apel Prezesa NRL

Szanowni Państwo!
Skala rozprzestrzeniania się nowego koronawirusa (SARS-CoV-2, powodującego zapalenie płuc COVID-19) sprawia, że jego dotarcie do Polski jest raczej nieuniknione. Nie należy jednak poddawać się emocjom. **Najważniejsze w tej chwili jest zachowanie spokoju oraz profilaktyka.**
Przestrzeganie podstawowych zasad higieny może wydawać się błahe i mało istotne, zwłaszcza w dobie nowoczesnych rozwiązań medycznych**. Nic bardziej mylnego!**
Polegajmy na sprawdzonych informacjach, w szczególności na komunikatach instytucji monitorujących sytuację – Głównego Inspektoratu Sanitarnego, Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego Państwowego Zakładu Higieny, Ministerstwa Zdrowia i Światowej Organizacji Zdrowia. Znajdziemy w nich **prawdziwe informacje** na temat koronawirusa, jak **i praktyczne wskazówki** dotyczące profilaktyki i postępowania po pobycie w krajach, gdzie wirus występuje. **Nie ufajmy osobom, instytucjom czy organizacjom, które nie dość, że nie mają wiedzy ani uprawnień medycznych, to wykorzystują ludzką tragedię dla własnych celów.**
Obserwujmy swój stan zdrowia, **w szczególności po pobycie w krajach dotkniętych koronawirusem** lub po kontakcie z osobami zarażonymi albo z podejrzeniem zarażenia. Jeżeli to możliwe, **nie planujmy wyjazdów do tych krajów. Jeśli po pobycie zauważymy u siebie objawy grypopodobne** (gorączka, bóle mięśni, kaszel, duszność, problemy z oddychaniem) należy **bezzwłocznie zgłosić się do oddziału zakaźnego**. **Wizyta w innej placówce nieposiadającej odpowiedniego zaplecza, np. u lekarza pierwszego kontaktu, naraża innych pacjentów!**
Należy również podkreślić, że **obecna sytuacja wymaga od mediów i polityków ogromnej odpowiedzialności oraz rozwagi**. **Apeluję, aby nie stała się ona kolejnym przedmiotem politycznych targów i rozgrywek.** Zagrożenia nie można bagatelizować, ale i nie można siać paniki**. Jedynym celem działań musi być zapewnienie bezpieczeństwa mieszkańcom naszego kraju**, w tym również ciągłe informowanie na podstawie wiarygodnych źródeł i wiedzy medycznej opartej na faktach.
Jestem pewien, że **każdy polski lekarz, w pełnej mobilizacji z przedstawicielami pozostałych zawodów medycznych i służb sanitarno-epidemiologicznych będzie walczył o zdrowie swojego pacjenta**, tak jak to robią nasze koleżanki i nasi koledzy w krajach dotkniętych koronawirusem.
Prezes Naczelnej Rady Lekarskiej
Andrzej Matyja

Pamiętaj!

- **Przestrzegaj podstawowe zasady higieny** – jak najczęstsze **mycie rąk**, **zasłanianie nosa i ust** zgięciem łokcia podczas

kichania i kasłania.
    - Wirusy praktycznie w 100% giną w kontakcie z mydłem, a zasłanianie nosa i ust przy kichaniu i kasłaniu ogranicza szerzenie się infekcji, dzięki czemu również chronimy inne osoby wokół nas.
    - Należy pamiętać, że po użyciu chusteczek higienicznych konieczne jest ich natychmiastowe wyrzucenie i umycie rąk.
    - Warto nosić ze sobą **żel lub chusteczki dezynfekujące**, które są wygodną metodą usunięcia zanieczyszczeń z dłoni.
    - W przypadku przeziębienia lub choroby powinniśmy nosić **maski ochronne**, aby nie zarażać innych.
- **Polegaj na sprawdzonych informacjach z wiarygodnych źródeł.** Śledź komunikaty m.in.:
    - Głównego Inspektoratu Sanitarnego: https://gis.gov.pl/kategoria/aktualnosci/
    - Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego Państwowego Zakładu Higieny: https://www.pzh.gov.pl/aktualnosci-dot-wirusa-2019ncov/
    - Ministerstwa Zdrowia: https://www.gov.pl/web/zdrowie/wiadomosci
    - Światowej Organizacji Zdrowia: https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019
- Jeśli to możliwe, **unikaj dużych skupisk ludzi**.
- **Obserwuj swój stan zdrowia, w szczególności po pobycie w krajach dotkniętych koronawirusem** lub po kontakcie z osobami zarażonymi albo z podejrzeniem zarażenia.
    - **Jeśli pojawią objawy grypopodobne** (gorączka, bóle mięśni, kaszel, duszność, problemy z oddychaniem) **bezzwłocznie powiadom telefonicznie stację sanitarno-epidemiologiczną** lub **zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego**.
    - **Wizyta w innej placówce nieposiadającej odpowiedniego zaplecza, np. u lekarza pierwszego kontaktu, naraża innych pacjentów!**
- Jeśli to możliwe, **nie planuj wyjazdów** do Chin oraz Korei Południowej, Włoch (w szczególności do regionu Lombardia, Wenecja Euganejska, Piemont, Emilia Romania, Lacjum), Iranu, Japonii, Tajlandii, Wietnamu, Singapuru i Tajwanu.

- **Zachowaj spokój i rozsądek.**

Przydatne linki

- Zalecenia Głównego Inspektora Sanitarnego

https://gis.gov.pl/aktualnosci/informacja-glownego-inspektora-sanitarnego-dla-osob-powracajacych-z-polnocnych-wloch/https://gis.gov.pl/aktualnosci/nowy-koronawirus-sars-cov-2-zalecenia-2/

- Ministerstwo Zdrowia o koronawirusie

https://www.gov.pl/web/zdrowie/co-musisz-wiedziec-o-koronawirusie

- Działania prewencyjne wg. Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego – Państwowego Zakładu Higieny

https://www.pzh.gov.pl/jak-uchronic-sie-przed-koronawirusem-infografiki-swiatowej-organizacji-zdrowia-who/

- Komunikat dla podróżujących (nr 32) Warszawa, 25 lutego 2020

https://gis.gov.pl/aktualnosci/komunikat-dla-podrozujacych-nr-32-warszawa-25-lutego-2020-r-opracowano-na-podstawie-danych-ecdc-oraz-who/

- Informacje dla powracających z Włoch

https://gis.gov.pl/aktualnosci/informacja-glownego-inspektora-sanitarnego-dla-osob-powracajacych-z-polnocnych-wloch/
https://www.gov.pl/web/zdrowie/informacja-dla-osob-powracajacych-z-polnocnych-wloch

- Zasady postępowania w PODRÓŻY LOTNICZEJ oraz w portach lotniczych

https://gis.gov.pl/aktualnosci/zasady-postepowania-w-podrozy-lotniczej-oraz-w-portach-lotniczych-w-zwiazku-z-ryzykiem-zawleczenia-na-obszar-polski-nowego-koronawirusa-sars-cov-2-18-lutego-2020-r/

- Przesyłki z Chin

https://gis.gov.pl/aktualnosci/covid-19-informacje-przesylki-z-chin/