

DYSTANS, DEZYNFEKCJA, MASECZKA

Trzecia fala pandemii COVID-19 zbliża się do szczytu. Jak się chronić przed zachorowaniem? Zasady są proste i skuteczne: dystans od innych osób, dezynfekcja, maseczka. W skrócie: DDM. To działa! Chroni Ciebie i innych przed zakażeniem.

W czasie trwającej epidemii COVID-19 jeszcze tak wiele nie zależało od tak prostych środków: dystans, dezynfekcja, maseczka! To naprawdę niewiele, gdy stawką jest zdrowie i życie. Jesteśmy w okresie przedświątecznym, w tym czasie apel o pozostanie w domach i ograniczenie spotkań w większym gronie powinniśmy szczególnie wziąć sobie do serca. Koronawirus to groźny i podstępny przeciwnik, ale odpowiedzialnością, zdyscyplinowaniem i zdrowym rozsądkiem możemy się mu przeciwstawić. Nasze zachowanie ma znaczenie, bo zmniejsza ryzyko zakażenia i daje wytchnienie medykom, którzy heroicznie walczą o nasze zdrowie. Bądźmy odpowiedzialni, chrońmy siebie i najbliższych – mówi Filip Nowak, p.o. prezes Narodowego Funduszu Zdrowia



ZOSTAŃ W DOMU

Nadchodzące święta to kolejny sprawdzian z naszej odpowiedzialności. Gwałtownie rosnąca liczba zachorowań na COVID-19 powoduje, że tegoroczną Wielkanoc ponownie spędzimy w wąskim gronie domowników. Od postawy każdego z nas zależy, czy epidemię koronawirusa w końcu uda się pokonać.

Walka z niewidzialnym wrogiem ciągle trwa – w tym szczególnym czasie pamiętaj więc o obowiązujących ograniczeniach.

- Nie organizuj dużych spotkań, święta spędź z najbliższą rodziną.
- Kiedy wychodzisz z domu, pamiętaj, by szczelnie zasłaniać usta i nos maseczką.
- Zachowuj bezpieczny odstęp od innych osób.
- Często myj ręce i dezynfekuj powierzchnie, regularnie wietrz pomieszczenia.
- Jeśli zauważysz u siebie niepokojące objawy choroby, nie czekaj i zgłoś się po pomoc medyczną.

**NFZ**

Narodowy Fundusz Zdrowia
Śląski Oddział Wojewódzki w Katowicach

ul. Kossutha 13 40-844 Katowice

www.nfz-katowice.pl

www.nfz.gov.pl

Telefoniczna Informacja Pacjenta

800 190 590