



INFORMACJA
GŁÓWNEGO
INSPEKTORA
SANITARNEGO

**DLA FARMACEUTÓW I PRACOWNIKÓW
APTEK W ZWIĄZKU Z POTENCJALNYM
RYZYSKIEM ZAKAŻENIA KORONAWIRUSEM**

WARSZAWA, 28.02.2020 R.

Apteki są często pierwszym punktem kontaktu z systemem opieki zdrowotnej dla osób mających problemy zdrowotne lub mających potrzebę uzyskania informacji i rzetelnych porad zdrowotnych.

Farmaceuci i pracownicy aptek mogą odegrać kluczową rolę w zapobieganiu rozprzestrzenianiu się koronawirusa przez:

- **zrozumienie charakteru choroby,**
- **sposobu jej przenoszenia,**
- **sposobu zapobiegania dalszemu rozprzestrzenianiu się,**
- **szerzenie wiedzy na temat dostępu do krajowych źródeł informacji na temat,**
- **dostarczanie odpowiednich produktów.**

1. Koronawirus przenosi się:

- bezpośrednio, drogą kropelkową. Zawierające wirusa drobne kropelki powstają w trakcie kaszlu, kichania, mówienia i mogą być bezpośrednią przyczyną zakażenia.

Odległość 1-1,5 m od drugiej osoby, z którą rozmawia się, traktowana jest jako bezpieczna pod warunkiem, że osoba ta nie kaszle i nie kicha w naszym kierunku (strumień wydzieliny oddechowej pod ciśnieniem).

- pośrednio poprzez skażone wydzieliną oddechową (podczas kichania czy kaszlu) przedmioty i powierzchnie. Wirus ma zdolność do krótkotrwałego przebywania na powierzchniach i przedmiotach, jeśli skażone zostały wydzieliną oddechową (w trakcie kaszlu czy kichania) osób chorych. Istnieje ryzyko przeniesienia wirusa z zanieczyszczonych powierzchni na rękach np. dotykając twarzy lub pocierając oczy.

Wirus ten jako wirus osłonkowy, podatny jest na działanie wszystkich rozpuszczalników lipidów. Należy pamiętać o częstym myciu rąk wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować je płynami/żelami na bazie alkoholu.

2. Zaleca się:

- zachować bezpieczną odległość od rozmówcy (1-1,5 m), najbezpieczniej, jeśli kontakt w aptece odbywa się przez szybę,
- po wykonaniu czynności umyć ręce wodą z mydłem lub zdezynfekować je środkiem na bazie alkoholu (min. 60%),
- pamiętać, aby w trakcie wykonywania czynności i w czasie przed umyciem lub zdezynfekowaniem rąk nie dotykać dłońmi okolic twarzy zwłaszcza ust, nosa i oczu,
- zapewnić, że miejsca pracy są czyste i higieniczne- powierzchnie w tym biurka, lady i przedmioty (np. telefony, klawiatury) muszą być regularnie wycierane środkiem dezynfekującym.

Światowa Organizacja Zdrowia nie zaleca noszenia maseczek ochronnych przez osoby zdrowe. Maseczki ochronne powinny nosić osoby chore, osoby opiekujące się chorymi oraz personel medyczny pracujący z pacjentami podejrzanymi o zakażenie koronawirusem.

3. Podejrzenie przypadku:

Osoba podejrzana o zakażenie koronawirusem to każdy spełniający kryteria kliniczne i epidemiologiczne.

a/ kryteria kliniczne

Każda osoba, u której wystąpił co najmniej jeden z wymienionych objawów ostrej infekcji układu oddechowego:

- gorączka
- kaszel
- duszność

b/ kryteria epidemiologiczne

Każda osoba, która w okresie 14 dni przed wystąpieniem objawów spełniała co najmniej jedno z następujących kryteriów:

- miała bliski kontakt z osobą, u której stwierdzono zakażenie koronawirusem (kontakt z przypadkiem potwierdzonym lub prawdopodobnym)
- podróżowała/przebywała w regionie, w którym podejrzewa się utrzymującą się transmisję koronawirusa
- pracowała lub przebywała jako odwiedzający³ w jednostce opieki zdrowotnej, w której leczono pacjentów zakażonych koronawirusem

4. Jeśli podejrzewasz, że ktoś może mieć ostrą chorobę układu oddechowego na skutek zakażenia koronawirusem:

zachęcaj i wspieraj go do bezzwłocznego, telefonicznego powiadomienia stacji sanitarno-epidemiologicznej lub zgłoszenia się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.

5. Co to znaczy, że ktoś miał kontakt z osobą zakażoną koronawirusem:

- pozostawał w bezpośrednim kontakcie z osobą chorą lub w kontakcie w odległości mniej niż 2 metrów przez ponad 15 minut;
- prowadził rozmowę z osobą z objawami choroby twarzą w twarz przez dłuższy czas;
- osoba zakażona należy do grupy najbliższych przyjaciół lub kolegów;
- osoba mieszkająca w tym samym gospodarstwie domowym, co osoba chora lub w tym samym pokoju hotelowym.

Osoby, które miały kontakt z osobą zakażoną NIE są uważane za zakażone i jeżeli czują się dobrze i nie mają objawów choroby, jest mało prawdopodobne, aby rozprzestrzeniły infekcję na inne osoby, jednak zaleca im się:

- pozostanie w domu przez 14 dni od ostatniego kontaktu z osobą chorą i prowadzenie samoobserwacji - codzienny pomiar temperatury i świadome zwracanie uwagi na swój stan zdrowia,
- poddanie się monitoringowi pracownika stacji sanitarno-epidemiologicznej w szczególności udostępnienie numeru telefonu w celu umożliwienia codziennego kontaktu i przeprowadzenia wywiadu odnośnie stanu zdrowia,
- jeżeli w ciągu 14 dni samoobserwacji wystąpią następujące objawy (gorączka, kaszel, duszność, problemy z oddychaniem), należy bezzwłocznie, telefonicznie powiadomić stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłosić się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.

Kwarantannę można skrócić w przypadku, gdy wyniki testów na obecność koronawirusa u osoby podejrzanej wyszły negatywne, a z którą osoba poddana kwarantannie miała kontakt. Decyzję o skróceniu kwarantanny podejmuje tylko właściwy Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny.



WAŻNE!

Dział infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia 800 190 590, gdzie można uzyskać informacje dotyczące postępowania w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem.

Należy pamiętać o przestrzeganiu podstawowych zasad zapobiegawczych, które istotnie wpłyną na ograniczenie ryzyka zakażenia koronawirusem:



CZĘSTO MYJ RĘCE

Instrukcja jak poprawnie myć ręce znajduje się poniżej.

Należy pamiętać o częstym myciu rąk wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować je płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60%).

Istnieje ryzyko przeniesienia wirusa z zanieczyszczonych powierzchni na rękach np. dotykając twarzy lub pocierając oczy. Dlatego częste mycie rąk zmniejsza ryzyko zakażenia.



STOSUJ ZASADY OCHRONY PODCZAS KICHANIA I KASZLU

Podczas kaszlu i kichania należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce używając mydła i wody lub zdezynfekować je środkami na bazie alkoholu (min. 60%). Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazków, w tym wirusów. Jeśli nie przestrzega się tej zasady można łatwo zanieczyścić przedmioty, powierzchnie lub dotykane, np. przy powitaniu, osoby.



ZACHOWAJ BEZPIECZNA ODLEGŁOŚĆ

Należy zachować co najmniej 1 metr odległości z osobą, która kaszle, kicha i ma gorączkę. Gdy ktoś z chorobą układu oddechowego kaszle lub kicha, wydała pod ciśnieniem małe kropelki zawierające wirusa. Jeśli jest się zbyt blisko, można wdychać wirusa.



UNIKAJ DOTYKANIA OCZU, NOSA I UST

Dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być zanieczyszczone wirusem. Dotknięcie oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, może spowodować przeniesienie się wirusa z powierzchni na siebie.



JEŚLI MASZ GORĄCZKĘ, KASZEL, TRUDNOŚCI W ODDYCHANIU, ZASIĘGNIJ POMOCY MEDYCZNEJ

Jeśli masz gorączkę, kaszel, trudności w oddychaniu, zasięgnij pomocy medycznej zgodnie z wytycznymi opublikowanymi na stronie internetowej Ministerstwa Zdrowia lub Głównego Inspektoratu Sanitarnego. Objawy ze strony układu oddechowego z towarzyszącą gorączką mogą mieć wiele przyczyn np. wirusową (wirusy grypy, adenowirusy, rynowirusy, koronawirusy, wirusy paragrypy) czy bakteryjną (pałeczka *Haemophilus influenzae*, pałeczka krztuśca, chlamydia, mykoplazama). W zależności od historii twojej podróży oraz innych okoliczności, nowy koronawirus może być jedną z nich.



JEŚLI MASZ ŁAGODNE OBJAWY ZE STRONY UKŁADU ODDECHOWEGO I NIE PODRÓŻOWAŁEŚ DO CHIN I INNYCH OBSZARÓW WYSTĘPOWANIA KORONAWIRUSA

Jeśli masz łagodne objawy ze strony układu oddechowego i nie podróżowałeś do miejsc występowania koronawirusa, starannie stosuj podstawowe zasady higieny oddychania oraz higieny rąk i pozostań w domu do czasu powrotu do zdrowia, jeśli to możliwe.



UNIKAJ SPOŻYWANIA SUROWYCH LUB NIEDOGOTOWANYCH PRODUKTÓW POCHODZENIA ZWIERZĘCEGO

Ostrożnie obchodź się z surowym mięsem, mlekiem lub narządami zwierzęcymi, aby uniknąć krzyżowego zanieczyszczenia poprzez niegotowaną żywność, zgodnie z dobrymi zasadami bezpieczeństwa żywności.

Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spleć palce i namydl je.



4 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwie nadgarstki.



7 Spłucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wysusz je starannie.



**Całkowity czas:
30 sekund**

Nie zapomnij umyć tych obszarów:

