

## **УКАЗАНИЯ И МЕРКИ ЗА ПРЕВЕНЦИЯ И ЗАЩИТА ОТ КОРОНАВИРУС**

### 1. Хигиена на ръцете:

- Мийте ръцете си редовно с топла вода и сапун в продължение на минимум 20 секунди.
- Използвайте дезинфектант на алкохолна основа (съдържащи етанол, пропанол, изопропанол или комбинация с тях), като той трябва да се втрива в кожата на сухи ръце в продължение на минимум 30 секунди.
- При миенето на ръце обръщайте специално внимание на палците, между пръстите, върховете на пръстите, гърба на дланите.

### 2. Носете лични предпазни средства при излизане навън:

- Маска.
- Защитни очила.
- Ръкавици – при нужда.

3. Не докосвайте с ръце лицето си, особено в областта на устните, носа и очите.

4. Избягвайте контакт с хора, които имат грипозни симптоми – кашлица, хрема, температура.

5. Проветрявайте работните и домашни помещения 3 пъти дневно за 15 минути.

6. Яжте термично добре обработена храна, плодове и зеленчуци.

7. Пийте витамини и имуностимулиращи медикаменти.

8. Не посещавайте болница и/или поликлиника, освен ако не е спешно!

9. Не предприемайте пътуване, освен ако не се налага!

10 . Ако можете останете си в къщи!

### **АКО ВЕЧЕ СТЕ БОЛНИ ОТ ГРИП ИЛИ КОРОНАВИРУС:**

1. Спазвайте добра лична хигиена. Мийте ръцете си с дезинфектант на спиртна основа или топла вода и сапун.
2. Стойте далеч от здрави хора.
3. Носете маска, за да защитите здравите хора около Вас.
4. При кихане или кашляне покривайте устата и носа със свивката на лакътя или в салфетка. След това изхвърлете салфетката и измийте ръцете си.
5. Не споделяйте ваши предмети.
6. Не плюйте на обществени места.
7. Проветрявайте често помещението, в което стоите минимум за 15 мин. 3 пъти на ден.
8. Ако състоянието Ви се влоши или почувствате затруднено дишане и суха кашлица незабавно потърсете медицинска помощ или се обадете на личния лекар по телефона.

## **УКАЗАНИЯ И МЕРКИ ЗА СИГУРНОСТ НА ЗАВЪРНАЛИ СЕ ГРАЖДАНИ ОТ ЧУЖБИНА**

1. При пристигане от друга държава се обадете незабавно на личния лекар и го уведомете за скорошното пътуване. Това ще помогне за предотвратяване на възможно разпространение на COVID-19 и други вируси сред вашите близки и съграждани.

Ако нямате такъв може да изберете един от практикуващите лекари в община Девин.

2. Стриктно спазвайте указанията на личния лекар, РЗИ и органите на РУ на МВР, гр. Девин.
3. При пристигане от друга държава задължително спазвайте 14 дневен карантинен престой в къщи и **не напускайте дома си!**
4. Останете вкъщи, ако започнете да се чувствате неразположение, дори с леки симптоми като главоболие и лека хрема, докато не се възстановите. Избягването на контакт с други хора и посещенията в медицински заведения ще позволят на тези съоръжения да работят по-ефективно и да помогнат да защитите Вас и другите от възможни вируси COVID-19 и други вируси.
5. При първи грипopodobни симптоми, като треска, кашлица или затруднено дишане се обадете незабавно на личния лекар и **не напускайте дома си!**
6. Личният лекар ще ви прегледа и ще прецени как да ви лекува.
7. При нужда ще ви бъде взета проба за коронавирус и ще бъдете настанени в инфекциозно отделение.
8. Ако останете на домашно лечение, изолирайте хората около Вас.
9. При неспазване на указанията носите **НАКАЗАТЕЛНА ОТГОВОРНОСТ** – до 50 хиляди лева парична глоба и до 5 години затвор!
10. Ако се установи, че случай на COVID 19 е бил в самолет или автобус, в който сте били и Вие, здравните власти ще се свържат с Вас и ще ви вземат проба за изследване.

### **Телефони за връзка с лични лекари от община Девин:**

- **Д-р Ганчевска – Ферейра – 0878722077**
- **Д-р Кушчиева – 0896280676**
- **Д-р Начев – 0877755933**
- **Д-р Калфов – 0886419007**

## **УКАЗАНИЯ И МЕРКИ ЗА СИГУРНОСТ ПРИ СЪМНЕНИЕ ОТ ЗАРАЗА С КОРОНАВИРУС И ПЪРВИ СИМПТОМИ**

1. Позвънете на личния си лекар и останете в къщи.
2. Стриктно спазвайте указанията на личния лекар.
3. Личният лекар ще ви прегледа и ще прецени как да ви лекува.
4. При нужда ще ви бъде взета проба за коронавирус и ще бъдете настанени в инфекциозно отделение.
5. Изолирайте контактните хора около Вас.
6. Ще получите инструкции от личния лекар какви мерки за дезинфекция ще спазвате и какви медикаменти ще приемате.
7. Ако състоянието ви се влоши и развиете треска, кашлица и затруднено дишане, незабавно потърсете лекарска помощ, тъй като това може да се дължи на респираторна инфекция или друго сериозно състояние.

**УКАЗАНИЯ И МЕРКИ ЗА СИГУРНОСТ ЗА ОГРАНИЧАВАНЕ  
РАЗПРОСТРАНЕНИЕТО НА КОРОНАВИРУС ПРИ РАБОТА В ОБЕКТИ С  
ОБЩЕСТВЕНО ЗНАЧЕНИЕ**

1. Да се предприемат и изпълняват дезинфекционни мероприятия в обекта, свързани с почистване на повърхности, предмети и критични точки от обекта минимум три пъти на ден. Дезинфектанти ефективни при коронавируси и подходящи за употреба са такива съдържащи:
  - Етанол 70%
  - Натриев хипохлорид /белина/ 0,1-0,5%
  - Глутаров алдехид 2%
  - Повидон – йод 10% /1% йод/
  - Изопропанол 50%
  - Натриев хлорид /сол/ 0,23%
  - Формалдехид 0,7%
2. Персоналът да е снабден с лични предпазни средства – маски, защитни очила и ръкавици при нужда.
3. Стриктно да се спазват указанията за хигиена и дезинфекция на ръцете. За дезинфекция да се използват препарати на спиртна основа или такива с вирусоцидно действие.
4. Да се проветряват помещенията минимум 3 пъти за 15 минути дневно.
5. Стриктно да се спазват указанията за недопускане на струпване на хора:
  - да се спазва правилото 1,5 метра разстояние между клиентите и работещите;
  - според квадратурата на помещението да се организира режим на влизане и излизане от обекта;
  - опашката от хора пред магазина да бъде на 2 метра разстояние един от друг;
  - да не се допуска посещението и събирането на повече от двама възрастни хора на открити и закрити обществени места.
6. Стриктно да се спазват указанията и заповедите на здравните власти, държавните и общинските власти и органите на реда.
7. При въпроси и необходимост от помощ и съдействие позвънете на телефоните на община Девин – 03041 / 21 74 или 0893449965