



Preventivni ukrepi za zmanjšanje možnosti okužb z virusi

Nekaj navodil za pravilno ravnanje



Redno umivaj roke





Redno umivaj roke

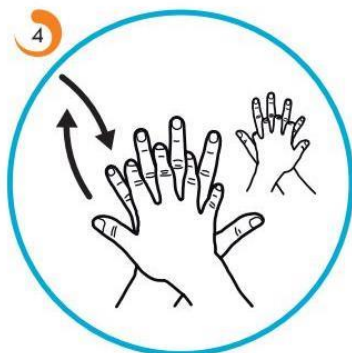


Pravilno umivanje rok – celoten postopek 40 do 60 sekund





Pravilno umivanje rok – celoten postopek 40 do 60 sekund



Umivamo med prsti.



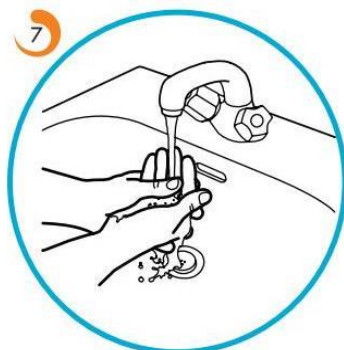
Drgnemo konice prstov vsake roke.



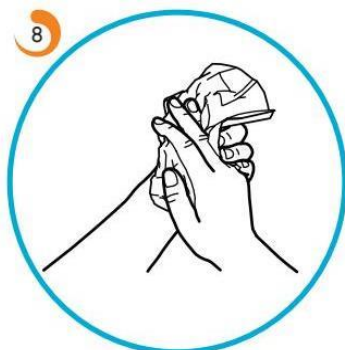
Umivamo vsako zapestje posebej.



Pravilno umivanje rok – celoten postopek 40 do 60 sekund



Roke si temeljito speremo pod vodo.



Roke si do suhega obrišemo s papirnato brisačo.



S papirnato brisačo zapremo pipo.



Kako ravnamo ob kašljanju in kihanju?



Narobe



Narobe



Pravilno



Kako ravnamo ob kašljanju in kihanju?

1

Preden zakašljate/kihnete si pokrijte usta in nos s papirnatim robčkom.

2

Zakašljajte/kihnite v zgornji del rokava.

ali



Kako ravnamo ob kašljanju in kihanju?



Kako se zaščititi pred širjenjem virusov?



Ko kašljaš ali smrkaš,
uporabi svež robček



Po uporabi robček
odvrzi med odpadke



Redno in temeljito
si umivaj roke



Kako se zaščititi pred širjenjem virusov?



Če imaš simptome virusnega obolenja, **se odmakni od ostalih ljudi vsaj 1 m**



Če imaš simptome virusnega obolenja, **ostani doma**



Če imaš simptome virusnega obolenja, **takoj pokliči zdravnika**



Kako se zaščititi pred širjenjem virusov?



Izogibaj se objemanju in poljubljanju



Izogibaj se drgnjenju po obrazu (nosu, očeh) z rokami



Izogibaj se prostorom, kjer se zadržuje veliko ljudi