

ZALECENIA DLA PACJENTÓW Z INFEKcją I PODEJRZENIEM ZAKAŻENIA KORONAWIRUSEM

1. Stosuj leki zgodnie z zaleceniem lekarza.
2. Jak najwięcej odpoczywaj i unikaj wysiłku fizycznego do czasu ustąpienia gorączki i bólów mięśniowych - to podstawa leczenia, która zmniejsza czas trwania choroby i ryzyko wystąpienia powikłań.
3. Pij duże ilości płynów - osoby dorosłe: nie mniej niż 2 litry + 0,5 litra na każdy stopień gorączki, np. herbatki owocowe (z malin, dzikiej róży), soki owocowe, napar z kwiatu lipy, czarnego bzu, niegazowaną wodę mineralną.
4. Nie przegrzewaj pomieszczeń - odpowiednia temperatura to 20-21 °C i wilgotność powietrza powyżej 50% - przewietrzaj i nawilżaj mieszkanie.
5. Zrezygnuj z kontaktów towarzyskich, unikaj w miarę możliwości kontaktów z innymi domownikami, zwłaszcza z dziećmi, osobami przewlekle chorymi i osobami powyżej 60 roku życia. W razie konieczności kontaktu zachowaj dystans co najmniej 1,5 m i stosuj maseczki (kupisz je w aptece - należy je często zmieniać).
Używaj oddzielnych sztućców, talerzy, ręczników, itp. Przed posiłkiem dokładnie umyj ręce wodą z mydłem.
6. W przypadku pogorszenia stanu zdrowia (gorączka >38 stopni z kaszlem i/lub dusznością) skontaktuj się z lekarzem POZ lub zgłoś się do najbliższego szpitala (unikając transportu publicznego i skupisk ludzi).
7. W przypadku wystąpienia stanu nagłego zagrożenia zdrowia (np. pojawienia się duszności, silnego bólu w klatce piersiowej) należy wezwać Zespół Ratownictwa Medycznego (tel. 112 lub 999).

UWAGA:

1. Jeżeli miałeś zlecony w przez naszą placówkę test na obecność koronawirusa, nie dzwoń do nas w celu uzyskania informacji o jego wyniku - my skontaktujemy się z Tobą i poinformujemy o tym. Jednocześnie nasz pracownik uzgodni termin teleporady, związanej z izolacją (nałożoną w przypadku dodatniego wyniku). Informacji od nas w tym zakresie nie udzielamy w dni wolne od pracy.
2. Dodatni wynik testu nie wpływa na postępowanie lecznicze – postępuj jak wyżej i stosuj leki zalecone przez lekarza. Terapia zależy jedynie od stanu osoby chorej. Jeżeli stan zdrowia stopniowo poprawia się, a wynik testu okazał się być dodatni, nie ma potrzeby kontaktu z lekarzem przed wyznaczonym terminem teleporady (patrz punkt 1).
3. Również jeżeli nie mieliście Państwo żadnych objawów, a został wykonany test w kierunku koronawirusa, który okazał się dodatni, i nadal nie występują żadne objawy chorobowe to nie ma potrzeby zgłaszania się do lekarza.

Zasady izolacji i kwarantanny opisane są w oddzielnej zakładce.