

KONTAKT

NFZ

Podstawowa Opieka Zdrowotna

Rejestracja czynna:

Poniedziałek - piątek
od 7:00 do 19:00
tel.: (32) 363 - 46 - 33

Rehabilitacja czynna:

Poniedziałek - piątek
od 11:25 do 19:00
tel.: 795 - 443 - 305

DATA TWOJEJ WIZYTY:

.....

.....

.....

Przychodnia Pogoń



OPIEKA MEDYCZNA
dla
Ciebie i Twojej Rodziny

Jak poprawnie myć dłonie?

Czy zagrożenie koronawirusem minęło?



NZOZ ZLA Przychodnia „Pogoń” Sp. z o.o.
41-200 Sosnowiec
ul. Grota Roweckiego 37
www.nzoz-zla.com
email: biuro@nzoz-zla.com

OCHRONA ZDROWIA

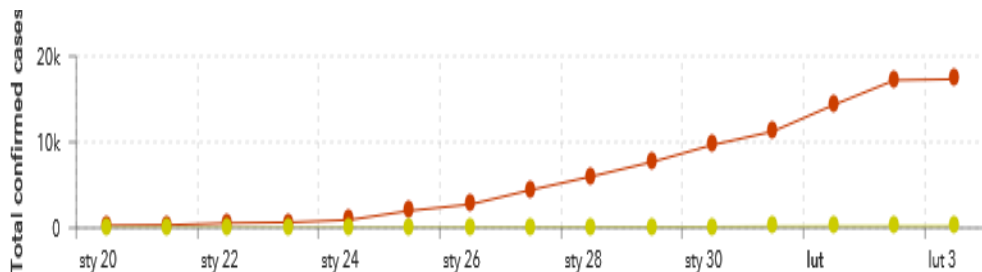
Dezynfekuj ręce - WARTO

Koronawirus 2019-nCoV jest wirusem osłonkowym, podatnym na działanie wszystkich rozpuszczalników lipidów – przypomina Główny Inspektorat Sanitarny i **zaleca częste mycie rąk wodą z mydłem lub ich dezynfekcję środkiem na bazie alkoholu.**

W związku z tym w naszej Przychodni umieściliśmy dla Państwa **dozownik z płynem do dezynfekcji rąk. Znajduje się on na korytarzu przy rejestracji - I piętro oraz na dziale rehabilitacji.** Aby skorzystać z niego należy podstawić dłoń pod dozownik i łokciem lekko nacisnąć na uchwyt; płyn równomiernie rozprowadzić po dłoniach.


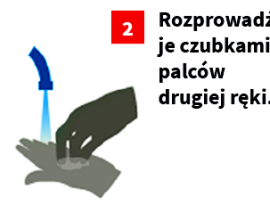


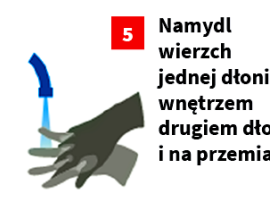
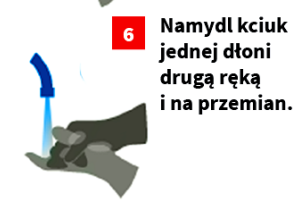


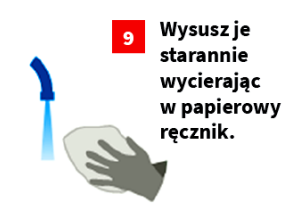
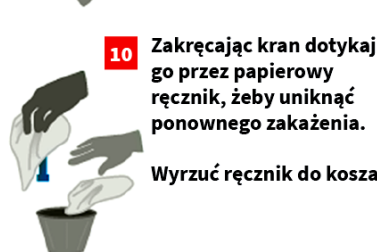
Zachęcamy do korzystania z dozownika dezynfekującego dłonie.

Warto zaznaczyć, że z początkiem lutego ilość nowych infekcji stopniowo się stabilizuje, co absolutnie nie oznacza, że ogłoszony przez WHO stan zagrożenia zdrowia publicznego o znaczeniu międzynarodowym nie obowiązuje. Możemy jednak zauważyć na wykresie sporządzonym przez Johns Hopkins CSSE, iż rozwój nowych ognisk nie jest już aż tak dynamiczny jak na samym początku. Nadzieję daje również ilość osób wyleczonych.



ROZMAITOŚCI

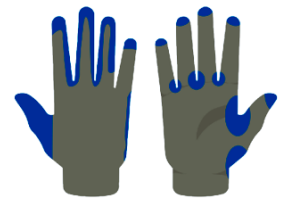
Jak skutecznie myć ręce?

-  1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.
-  2 Rozprowadź je czubkami palców drugiej ręki.
-  3 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.
-  4 Spleć palce i namydl je.
-  5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.
-  6 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.
-  7 Namydl obydwa nadgarstki.
-  8 Spłucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło.
-  9 Wyszusz je starannie wycierając w papierowy ręcznik.
-  10 Zakręcając kran dotykaj go przez papierowy ręcznik, żeby uniknąć ponownego zakażenia. Wyrzuć ręcznik do kosza.

Pamiętaj:

Regularnie używaj kremu nawilżającego do rąk, żeby uniknąć pękania naskórka.

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



 Całkowity czas: 15-30 sekund