

ATSIŽVELGDAMI Į LIETUVOS RESPUBLIKOJE PASKELBTĄ EKSTREMALIĄ SITUACIJĄ DĖL COVID-19 IR LIETUVOS RESPUBLIKOS SVEIKATOS APSAUGOS MINISTRO – VALSTYBĖS LYGIO EKSTREMALIOSIOS SITUACIJOS VALSTYBĖS OPERACIJŲ VADOVO SPRENDIMUS PRAŠOME:

- Laikytis higienos (rankų higienos, kosėjimo, čiaudėjimo etiketo ir kt.)
- Dėvėti nosį ir burną dengiančias apsaugos priemones (veido kaukes, respiratorius ar kitas priemones)
- Neiti į patalpą, jei Jums pasireiškia ūmių viršutinių kvėpavimo takų ligų požymių (karščiavimas, sloga, kosulys, čiaudulys, pasunkėjęs kvėpavimas). Jei Jums pasireiškia viršutinių kvėpavimo takų ligų susirgimų požymiai (karščiavimas, sloga, kosulys, pasunkėjęs kvėpavimas), nedelsiant palikite šią vietą. Tokiu atveju rekomenduota konsultuotis Karštąja koronaviruso linija tel. 1808 arba susisiekti su savo šeimos gydytoju konsultacijai

KOSĖJIMO IR ČIAUDĖJIMO ETIKETO TAISYKLĖS	RANKŲ HIGIENOS TAISYKLĖS
<ol style="list-style-type: none"> 1. Kosint ir čiaudint, būtina užsidengti burną ar nosį su nosine (geriau vienkartine), nususukti; 2. Jei nosinės nėra – kosėti ar čiaudėti į drabužius, kurie nekontaktuos su atvira ranka ir veiks kaip oro filtras (į alkūnės linkį, skverną); 3. Neužsidengti burnos ar nosies delnu; 4. Nosiai valyti ar išsišnypšti naudoti vienkartinės nosines, jas panaudojus išmesti į šiukšlių dėžę ir nedelsiant nusiplauti rankas; 5. Nekosėti ir nečiaudėti kitų žmonių draugijoje – išeiti į kitą vietą; 6. Neiškvepti oro į kito žmogaus pusę; 7. Sveikas asmuo, atsidūręs kito asmens kosėjimo ar čiaudėjimo zonoje, turėtų nuo jo pasitraukti, trumpam sulaikyti kvėpavimą. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Plauti rankas kuo dažniau; 2. Plauti rankas prieš valgį; 3. Plauti rankas palietus galimai užkrėstą daiktą; 4. Vengti liesti durų rankenas, turėklus, kurie galėjo būti liečiami kitų žmonių; 5. Vengti kontakto su daiktais, kuriais keičiamasi (pinigais, bilietais ir kt.): mūvėti pirštines, atsiskaityti taip, kad nereikėtų gražos, atsiskaityti mokėjimo kortele, naudotis ne vienkartiniais, o daugkartiniais transporto bilietais; 6. Palietus galimai užkrėstą daiktą, neliesti rankomis savo nosies ar burnos, netrinti akių; 7. Jei rankos suterštos kvėpavimo takų išskyromis, jos plaunamos muilu ir vandeniu; 8. Jei nėra galimybės nusiplauti rankų, jas galima valyti rankų antiseptiku.