

**Măsuri generale de prevenire împotriva infectării cu virusul Covid-19 la nivelul instituțiilor:**

- personalul va purta echipament de protecție adecvat în sectoarele cu risc (măști și mănuși de unică folosință);
- personalul va realiza curățarea și dezinfectia continuă a suprafețelor și obiectelor care sunt atinse frecvent, respectiv birourile, blaturile, clanța ușii, tastaturile pentru computer și telefoanele;
- personalul va respecta măsurile sanitare și profilactice, precum spălarea frecventă a mâinilor cu apă și săpun (timp de 20 secunde), utilizarea de batiste de unică folosință sau tehnica de a tuși sau strănuta în interiorul cotului flectat. În cazul în care nu există la îndemână apă și săpun, personalul va folosi o soluție pe bază de alcool.

Se recomandă spălarea pe mâini:

- după ce ați tușit sau strănutat;
- când îngrijiți o persoană bolnavă (personalul paramedical);
- înainte de servirea mesei;
- înainte și după folosirea toaletei;
- după ce ați atins sau mângăiat un animal;
- după ce ați dus gunoiul.

Personalul va evita pe cât posibil contactul strâns cu persoanele din afara instituției, mai ales cele care au febră și tușesc.

În cazul în care există persoane care prezintă febră, tuse și dificultăți de respirație și suspicionează că ar fi infectați cu Covid-19 ca urmare a deplasărilor în străinătate sau a intrării în contact cu persoane care au avut deplasări în străinătate în zone în care s-au confirmat cazuri de infecție cu Covid-19 acestea se vor deplasa în cel mai scurt timp la medicul de familie pentru tratament.

În corelare cu recomandările primite, șefii structurilor asigură informarea personalului pentru prevenirea situațiilor de risc ce pot afecta sănătatea acestuia pe timpul executării misiunilor din responsabilitate.

## **Măsuri generale de prevenire împotriva infectării cu virusul Covid-19 pentru populație:**

- Spălați-vă des pe mâini folosind apă și săpun sau soluție alcoolică de curățat pe mâini;
- Acoperiți-vă gura și nasul cu o mască medicală, batistă sau folosiți cotul flectat atunci când tușiți sau strănutați;
- Spălați-vă pe mâini după aceea și aruncați masca sau batista la coșul de gunoi;
- Evitați contactul personal apropiat cu persoanele ce prezintă febră și tușesc sau strănută și mergeți la medic dacă aveți febră, tușiți sau aveți dificultăți la respirație;
- Dacă vă îmbolnăviți în timp ce călătoriți, cereți ajutor medical cât mai repede și informați personalul sanitar despre istoricul de călătorie;
- Atunci când vizitați piețe unde se comercializează animale vii, evitați contactul direct neprotejat cu animalele vii și cu suprafețele care au fost în contact cu aceste animale;

### **Măsuri de prevenire înainte și pe timpul călătoriei cu avionul:**

#### **Înainte de plecare**

Evitați să călătoriți dacă aveți febră și tușiți.

Dacă aveți febră, tușiți și aveți dificultăți la respirație, consultați un medic și informați-l despre istoricul călătoriilor.

#### **În timpul călătoriei cu avionul**

- Evitați contactul apropiat cu persoanele care au febră și tușesc;
- Spălați-vă pe mâini frecvent cu apă și săpun sau cu soluție alcoolică pentru dezinfectia mâinilor;
- Evitați să vă atingeți ochii, nasul sau gura;
- Atunci când tușiți sau strănutați acoperiți-vă gura și nasul cu cotul flectat sau cu o batistă – aruncați batista imediat și spălați-vă pe mâini;
- Dacă alegeți să purtați o mască de față, asigurați-vă că aveți nasul și gura acoperite. Evitați atingerea măștii după ce ați pus-o pe față, aruncați imediat măștile de unică folosință după fiecare utilizare și spălați-vă pe mâini după îndepărtarea măștii;
- Dacă vă îmbolnăviți în timp ce călătoriți, vă rugăm să informați echipajul avionului și să cereți ajutor medical cât mai repede;
- Dacă cereți ajutor medical vă rugăm să informați personalul medical despre istoricul călătoriei;
- Dacă aveți febră, tușiți și aveți dificultate la respirație, cereți ajutor medical cât mai curând și informați personalul medical despre istoricul călătoriilor ;
- Evitați să scuipați.

## **Măsuri de prevenire înainte și pe timpul călătoriei cu trenul:**

### **Înainte de plecare**

Evitați să călătoriți dacă aveți febră și tușiți.

Dacă aveți febră, tușiți și aveți dificultăți la respirație, consultați un medic și informați-l despre istoricul călătoriilor.

### **În timpul călătoriei cu trenul**

- Evitați contactul apropiat cu persoanele care au febră și tușesc;
- Spălați-vă pe mâini frecvent cu apă și săpun sau cu soluție alcoolică pentru dezinfectia mâinilor;
- Evitați să vă atingeți ochii, nasul sau gura;
- Atunci când tușiți sau strănutați acoperiți-vă gura și nasul cu cotul îndoit sau cu o batistă – aruncați batista imediat și spălați-vă pe mâini .Dacă alegeți să purtați o mască de față, asigurați-vă că aveți nasul și gura acoperite. Evitați atingerea măștii după ce ați pus-o pe față, aruncați imediat măștile de unică folosință după fiecare utilizare și spălați-vă pe mâini după îndepărtarea măștii;
- Evitați să călătoriți cu animale. Evitați contactul cu acestea;
- Mâncați doar alimente bine preparate termic ;
- Dacă vă îmbolnăviți în timp ce călătoriți, vă rugăm să informați însoțitorul de tren și să cereți ajutor medical cât mai repede;
- Dacă cereți ajutor medical vă rugăm să informați personalul medical despre istoricul călătoriei;
- Dacă aveți febră, tușiți și aveți dificultate în a respira cereți ajutor medical cât mai curând și informați personalul medical despre istoricul călătoriilor;
- Evitați să scuipați.

În ceea ce privește coletele comandate din China, având în vedere rezistența redusă a coronavirusurilor în mediu, ele fiind virusuri fragile, se presupune că, și în cazul noului coronavirus, este foarte puțin probabilă transmiterea prin intermediul coletelor internaționale (via avion sau pe cale navală), ținând cont de timpul lung de procesare și transport.

Atât Organizația Mondială a Sănătății cât și Centrul pentru Controlul Bolilor Atlanta nu recomandă impunerea de măsuri suplimentare în cazul primirii coletelor din China sau zonele de risc.