

PREPREČEVANJE ŠIRJENJA OKUŽB

Pri preprečevanju okužbe z virusom SARS-CoV-2 je tako kot pri drugih nalezljivih boleznih, ki povzročajo okužbe dihal, priporočljivo upoštevati naslednje vsakodnevne preventivne ukrepe:

- ✓ Izogibamo se tesnim stikom z ljudmi, ki kažejo znake nalezljive bolezni.
- ✓ Ne dotikamo se oči, nosu in ust.
- ✓ V primeru, da zbolimo, ostanemo doma.
- ✓ Upoštevamo pravila higiene kašlja.
- ✓ Redno si umivamo roke z milom in vodo.
- ✓ Splošna uporaba zaščitnih mask ni potrebna.
- ✓ V času povečanega pojavljanja okužb dihal se izogibamo zaprtih prostorov, v katerih se zadržuje veliko število ljudi. Poskrbimo za redno zračenje zaprtih prostorov.



Najbolj pomembni sta **higiena kašlja in higiena rok.**

Higiena kašlja

- ✓ Otroke naučimo, da si, preden zakašljajo ali kihnejo, pokrijejo usta in nos s papirnati robčkom, ki ga nato odvržejo v koš za smeti.
- ✓ Če nimajo robčka, naj kašljajo/kihajo v zgornji del rokava.
- ✓ Po kašljanju, kihanju in brisanju nosu, naj si otroci vsakič umijejo roke.

Higiena rok

- ✓ Higiena rok je osnovni ukrep za preprečevanje širjenja okužb in nalezljivih bolezni.
- ✓ Roke si vedno umijemo po kašljanju, kihanju in brisanju nosu.
- ✓ Roke si umivamo s tekočim milom in vodo 1 minuto, po vseh predelih (dlani, hrbtišča, med prsti, palca in tudi pod nohti obeh rok).
- ✓ Milo dobro speremo z rok s toplo vodo.
- ✓ Kjer ni možnosti umivanja rok, otrok lahko izjemoma uporablja alkoholne robčke ali razkužilo z etanolom pod nadzorom.
- ✓ Po končanem umivanju je potrebno roke dobro posušiti.

