



Uniwersytet  
Humanistyczno-Przyrodniczy  
im. Jana Długosza  
w Częstochowie

**KOMUNIKAT Nr R.021.2.4.2020**  
**REKTORA UNIwersYTETU HUMANISTYCZNO – PRZYRODNICZEGO**  
**IM. JANA DŁUGOSZA W CZĘSTOCHOWIE**

**z dnia 27 lutego 2020r.**

**w sprawie podstawowych środków ochronnych przeciwko nowemu koronawirusowi  
wywołującemu chorobę covid-19**

W związku z rosnącą liczbą zakażeń koronawirusem SARS-CoV-2 i ryzykiem rozwoju epidemii wywołanej przez nowego wirusa, podaje się (za Głównym Inspektorem Sanitarnym) **podstawowe zasady profilaktyki zakażeń:**

- **Często myj ręce** Jak najczęściej myj ręce, najlepiej używając mydła i wody albo preparatów odkażających zawierających alkohol.
- **Stosuj odpowiednie zasady ochrony podczas kaszlu i kichania** Kiedy kichasz lub kaszlesz będąc między ludźmi zakryj usta chusteczką lub swoim zgiętym łokciem, zaraz po tym wyrzuć chusteczkę i umyj ręce.
- **Zachowaj bezpieczną odległość** Unikaj bliskiego kontaktu z osobami, które mają gorączkę i kaszlą. Zachowaj co najmniej 1 metr odległości między sobą a innymi ludźmi, szczególnie tymi, którzy kaszlą, kichają i mają gorączkę.
- **Zasięgnij pomocy medycznej** Jeśli masz gorączkę, kaszel i trudności z oddychaniem udaj się do lekarza, powiedz mu o ewentualnych, odbytych wcześniej dalekich podróżach,
- **Z punktu widzenia zagrożenia epidemiologicznego, Główny Inspektor Sanitarny nie zaleca podróżowania do krajów gdzie odnotowano potwierdzone przypadki zachorowań** Jeśli podróżujesz do tych miejsc, unikaj bliskiego kontaktu z osobami chorymi, zwłaszcza z objawami ze strony układu oddechowego; unikaj odwiedzania bazarów lub innych miejsc, w których znajdują się żywe lub martwe zwierzęta i ptaki; unikaj kontaktu ze zwierzętami, ich wydaliniami lub odchodami oraz przestrzegaj zasad higieny rąk.
- **Nie zaleca się używania masek na twarz przez zdrowych ludzi w celu zapobieżenia rozprzestrzenianiu się SARS-Cov-2** Noszenie maseczki zasłaniającej usta i nos może pomóc ograniczyć rozprzestrzenianie się niektórych chorób układu oddechowego. Jednak stosowanie samej maseczki nie gwarantuje powstrzymania infekcji i powinno być połączone ze stosowaniem innych środków zapobiegawczych, w tym higieną rąk i zasadami ochrony podczas kaszlu czy kichania (patrz wyżej) oraz unikaniem bliskiego kontaktu z innymi ludźmi (co najmniej 1 metr odległości). Światowa Organizacja Zdrowia doradza racjonalne stosowanie maseczek.

*Rektor*

*Uniwersytetu Humanistyczno-Przyrodniczego  
im. Jana Długosza w Częstochowie  
prof. dr hab. Anna Wypych- Gawrońska*