



POSTUPCI PRILIKOM ULASKA U KUĆU / STAN

PREPORUKE LEKARSKE KOMORE SRBIJE PROTIV COVID-19



1



Kada se vratite kući ne dirajte ništa.

2



Skinite obuću.

3



Dezinfikujte šape vaših kućnih ljubimaca.

4



Koristite vruću vodu, 60°C

Svucite gornje slojeve odeće i smestite ih u plastičnu kesu.

5



Odložite torbicu, novčanik, ključeve i slično u kutiju na ulazu u stan.

6



Ruke, zglobove, lice, vrat i sl.

Tuširajte se, a ako ne možete operite dobro ruke i lice vodom i sapunom.

7



Dezinfikujte mobilni telefon i naočare alkoholom.

Pripremite rastvor izbeljivača (Varikine), 20ml na 1 litar vode .



Nemojte zaboraviti da nosite gumene rukavice

Očistite površine onoga što ste doneli spolja s izbeljivačem pre nego što ih odložite.

9



Pažljivo skinite rukavice i operite ruke.

10



Imajte na umu da potpuna dezinfekcija nije moguća, ali radimo sve da smanjimo rizik.



POSTUPCI AKO ŽIVITE SA OSOBOM U RIZIKU OD ZARAZE

PREPORUKE LEKARSKE KOMORE SRBIJE PROTIV COVID-19



1



Spavajte u odvojenim krevetima.



Pripremite rastvor izbeljivača (Varikine), 20ml na 1 litar vode.

2

Koristite različita kupatila (ako je moguće) i dezinfikujte ih sa rastvorom izbeljivača.

3



Ne koristite iste peškire, pribor za jelo, čaše i sl.



Prekidače, stolove, stolice i sl.
Čistite i dezinfikujte svakodnevno površine s kojima ste često u kontaktu.

4

5



Perite odeću, posteljinu i peškire što češće.



Održavajte udaljenost, spavajte u odvojenim prostorijama.

6

7



Prostorije provetravajte često.



Nazovite izabranog lekara ili epidemiologa ako imate temperaturu preko 38° C i teškoće sa disanjem.

8

9



Ne prekidajte samoizolaciju pune dve nedelje. Nakon svakog prekida trebalo bi ponovo početi brojati dve nedelje.



POSTUPCI PRILIKOM IZLASKA IZ KUĆE

PREPORUKE LEKARSKE KOMORE SRBIJE PROTIV COVID-19



1



Kad izlazite napolje obucite jaknu ili nešto sa dugim rukavima.

2



Skupite kosu, ne nosite minduše, narukvice i prstenje. Ne dodirujte se po licu.

3



Masku navucite neposredno pre izlaska iz stana.

4



Izbegavajte koristiti sredstva javnog transporta.

5



Ako izlazite sa domaćom životinjom, izbegnite da se trlja o javne površine

6



Ponesite jednokratne maramice i koristite za doticanje javnih površina i ručki.

7



Zgužvajte maramicu i bacite je u zatvorenu kantu za smeće.

8



Ako kašljete ili kijate, učinite to na laktu, a ne na rukama ili u vazduhu.

9



Ako plaćate novčanicama, dezinfikujte ruke.

10



Operite ruke nakon što dodirnete bilo koji predmet i površinu ili nosite dezinfekcijsko sredstvo.

11



Ne dirajte lice pre nego što ste temeljito oprali ruke .

12



Održavajte udaljenost od drugih osoba.