



MINISTERUL SANATATII
DIRECTIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ DÂMBOVITA
Str. T.Vladimirescu nr.15-19 cod 130095, Târgoviste , Judet Dâmbovita
tel. 0245-613604, fax 0245-611067
E-mail :dspdambovita@ dspdambovita.ro
Cod operator date cu caracter personal nr.12777

NR 3342 / 27.02.2020

Catre,

Primariile din judetul Dambovita

Va informam despre regulile de igiena si recomandarile necesare persoanelor autoizolate la domiciliu , in contextul epidemiologic actual si avem rugamintea sa le afisati si sa le diseminati persoanelor aflate in aceasta situatie.

Materialul este atasat prezentului document.

Avem rugamintea sa informati persoanele in cauza , sa nu se prezinte personal la DSP Dambovita , deoarece o astfel de persoana daca este purtatoare a virusului COVID-19, poate infecta alte persoane in traseul pe care il urmeaza catre institutia noastra.

Chestionarul de evaluare si localizare pe teritoriul Romaniei poate fi completat si telefonic.



Director Executiv
Dr. Sorin Stoica

Director Exec. Adj. San. Pub.
Dr. Gabriela Costea

Medic sef Dep. Supraveghere San. Pub.
Dr. Rodica Stancu

REGULI DE IGIENA PENTRU PERSOANELE AUTOIZOLATE LA DOMICILIU

Nu parasiti domiciliul!

Nu intrati in contact cu alte persoane din afara domiciliului dumneavoastra!

Spălați-vă des pe mâini folosind apă și săpun și folosiți apoi soluție alcoolică de curățat pe mâini.

Aerisiți locuința de mai multe ori pe zi!

Măncați alimente bine preparate termic! Consumați fructe și legume proaspete, corect spalate.

Adoptați un stil de viață sănătos! (nu tutun, nu alcool, nu droguri).

Atunci când tușiți sau strănuțați acoperiți-vă gura și nasul cu cotul îndoit sau cu șervețele nazale și aruncați-le imediat la gunoi și spălați-vă pe mâini.

Nu scuipați pe jos!

Dacă aveți febră, tușiți și aveți dificultate în a respira **cereți ajutor medical telefonic, la medicul de familie sau la 112**, cât mai curând și informați personalul medical despre istoricul călătoriilor.

Nu luați din proprie inițiativă antibiotice!

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!