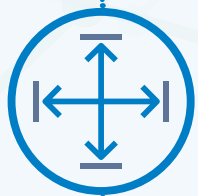


# Napotki za zaščito najbolj ranljivih – starejših



## **Spremljaj in izvajaj napotke in navodila ter priporočene ukrepe**

Sledimo priporočilom in zmanjšujemo možnost okužb ter smo pozorni na pojav simptomov kot so vročina, utrujenost, bolečine v več mišicah, kašelj.



## **Pozor na razdaljo med osebami**

Starejši so še posebej ranljiva skupina in jih je potrebno zaščititi. Najbolj se lahko zaščitijo, če se izogibajo socialnim stikom in se zadržujejo doma, ter se tako izognejo možnosti okužbe od drugih oseb preko kašlja, kihanja ali pogovora (okužba se širi kapljično, droplets). V kolikor je stik z drugimi osebami neizogiben naj poskrbijo za varnostno razdaljo najmanj 2 metra.



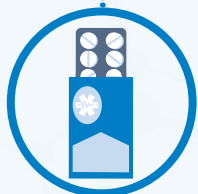
## **Pogosto si umivaj roke**

Za zmanjševanje tveganja okužbe si je potrebno umivati roke z milom in vodo. Če to ni možno uporabljamo razkužila na alkoholni osnovi.



## **Prepoznavajmo simptome in ostanimo mirni**

Če se pojavijo simptomi vročina, utrujenost, bolečine v več mišicah, kašelj, ostanimo mirni in se ne ustrašimo, saj se taki simptomi pojavijo tudi pri drugih okužbah, ampak ocenimo kateri simptomi so prisotni. Pokličemo lečečega zdravnika ali dežurno službo in se z njim dogovorimo kako naprej.



## **Uporabljajte le zdravila, ki jih svetuje ali predpiše zdravnik**

Starejše osebe imajo pogosto dodatne zdravstvene težave in prejemajo tudi druga zdravila. Ne kupujte zdravil, ki jih oglašujejo za zdravljenje koronavirusne bolezni. Gre za prevare.



## **Bodite previdni in pozorni, brisov (testov), zdravil za zdravljenje koronavirusne bolezni ali cepiv trenutno ni možno kupiti**

Gre za prevare, kjer boste plačali nekaj kar ne obstaja. Če ste žrtev prijavite policiji.