



Helyes köhögés

Hogy senki se fertőződjön meg!



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

Emberi Erőforrások Minisztériuma,
Egészségügyért Felelős Államtitkárság

KOV19 KH.OV.01



1, 2, 3 ... 30

Helyes
kézmosás

Egyszerű



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

Emberi Erőforrások Minisztériuma,
Egészségügyért Felelős Államtitkárság

KOVING KIM.OV.01



Helyes kézmosás

Ne felejtse el!

Az Ön kezére is kerülnek vírusok és baktériumok.

Ezért:

Ne fogja meg az arcát feleslegesen, és mosson kezet naponta többször!

Jó tanács: Ha hideg van, gyakran mosson kezet!

Mikor?

- étkezés előtt
- WC használat után
- amikor megérkezik valahová
- tüsszentés, köhögés, orrfújás után
- állat érintését követően

Emberi Erőforrások Minisztériuma, Egészségügyért Felelős Államtitkárság



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

KOV19_KM15_01



COVID-19 TÁJÉKOZTATÓ



NE VISELJEN MASZKOT, HA NEM BETEG!

Elegendő mennyiségű maszk áll rendelkezésre az állami készletekben, ha felelősen használjuk.

CSAK AKKOR VISELJEN MASZKOT



- ha lázas, köhög vagy folyik az orra
- még gyógyulófélben van fertőző betegségből

HOGYAN VISELJE A MASZKOT?



A maszk színes része legyen kívül, a száját, orrát és állát teljesen fedje le.



A maszk fém szegélyét csippentse be úgy, hogy az finoman rányomódjon az orrnyergére.



A használt maszkot csak a fűlnél lévő zsinórt érintve vegye le.



Mosson rendszeresen kezet szappannal és vízzel a tájékoztatókban leírtak szerint!



[www.nnk.gov.hu/index.php/
lakossagi-tajekoztatok/koronavirus](http://www.nnk.gov.hu/index.php/lakossagi-tajekoztatok/koronavirus)



zöld-számok:
0680/277-455, 0680/277-456



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA



COVID-19 TÁJÉKOZTATÓ

RENDSZERESEN SZED GYÓGYSZEREKET? ÍGY VÁLTSA MOST KI!

HÍVJA FEL HÁZIORVOSÁT!



2

HÁZIORVOSA
FELÍRHAJTA
A VÉNYT A FELHŐBE

Elektronikus
Egészségügyi
Szolgáltatási Tér



ÖN VAGY ISMERŐSE VÁLTSA KI
BÁRMELYIK GYÓGYSZERTÁRBAN

A kiváltáshoz szükséges:

- az Ön TAJ száma
- a kiváltó személy személyi igazolványa (vagy útlevele)



[www.nnk.gov.hu/index.php/
lakossagi-tajekoztatok/koronavirus](http://www.nnk.gov.hu/index.php/lakossagi-tajekoztatok/koronavirus)



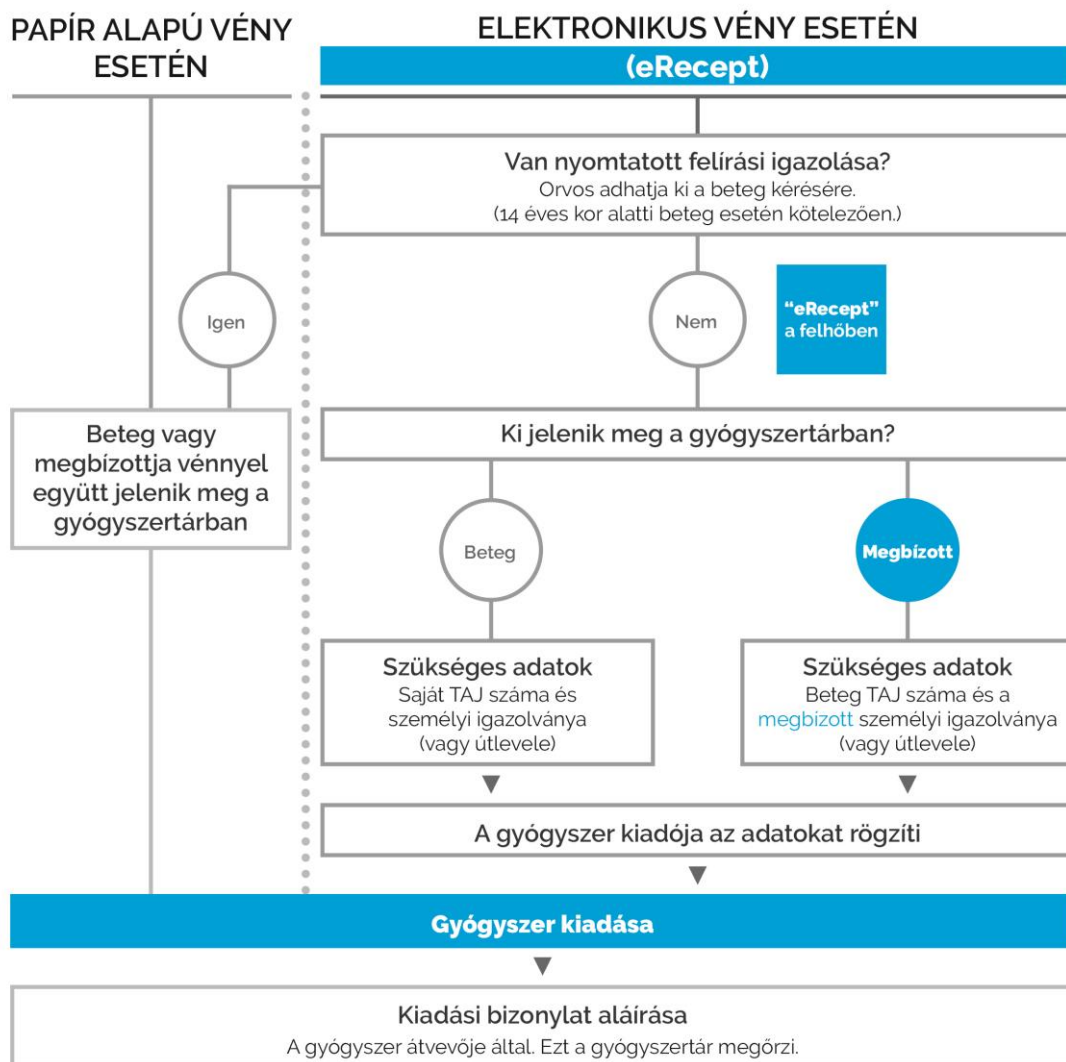
zöld-számok:
0680/277-455, 0680/277-456



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

Tájékoztató gyógyszerkiváltási lehetőségekről

COVID-19 vírus fertőzéssel kapcsolatban



TOVÁBBI SEGÍTSÉGRE VAN SZÜKSÉGE?

Amennyiben további kérdés merül fel Önben, az alábbi elérhetőségeken állunk az Ön szíves rendelkezésére:



06 80 277 455 és 06 80 277 456



koronavirus@bm.gov.hu



www.koronavirus.gov.hu



www.fb.com/koronavirus.gov.hu



COVID-19 TÁJÉKOZTATÓ

12 PONT A COVID19 ELLEN



Maradj otthon!



Moss rendszeresen és alaposan kezet!



Ne érintsd meg az arcodat!



Papírzsebkendőbe köhögj, tüsszögj, használat után dobd a kukába!



Tartsd tisztán a WC-t és a mosdót!



Legyenek saját evőeszközeid, amiket használat után azonnal mosogass el!



Tartsd tisztán a lakásod!



Szellőztess rendszeresen!



Mozogj rendszeresen!



Étkezz változatosan, egyél sok zöldséget, gyümölcsöt!



Ha beteg vagy, hívd fel a háziorvosodat telefonon!



Tájékozódj hiteles forrásból!

MARADJ OTTHON! CSÖKKENTSD A VÍRUS TERJEDÉSÉT!



[www.nnk.gov.hu/index.php/
lakossagi-tajekoztatok/koronavirus](http://www.nnk.gov.hu/index.php/lakossagi-tajekoztatok/koronavirus)



**zöld-számok:
0680/277-455, 0680/277-456**



**EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERJUMA**