

## Recomandări pentru pacienți,

### Dragi pacienți,

Următoarele zile sunt esențiale pentru nivelul pe care infecția virală o va atinge în comunitățile noastre, toate măsurile luate de autorități vizând limitarea acesteia. Comunitatea medicală este implicată pe deplin în aplicarea acestor măsuri de urgență adoptate la nivel național.

Din acest motiv este esențial să vă limitați orice deplasare la minimum posibil.

- **Sunați la 112 dacă aveți febră, tușiți sau v-ați întors din China sau zonele în carantină din Europa de cel puțin 14 zile. (Zonele de cod roșu și galben) și nu vă deplasați în aceste condiții înafara spațiului unde locuiți decât în condiții speciale de siguranță.**

**Vă rugăm să luați în considerare următoarele aspecte privind activitatea cadrelor medicale:**

1. Personalul medical este limitat ca număr și accesibilitate. Nu vă prezentați în aceste zile la consult pentru probleme cronice stabile, dacă starea dvs. este bună și sub tratamentul recomandat. Dacă este necesară deplasarea la cabinetul medical, faceți acest lucru doar după o programare telefonică prealabilă.

2. Resursele și materialele sanitare de protecție trebuie utilizate rațional, fiindcă nu știm câtă vreme vom folosi un stoc limitat.

3. Nu ezitați să scrieți un mesaj unui cadru medical sau să apelați telefonic în caz de nevoie, fiind o atitudine preferabilă deplasării la cabinetele medicale în situația de urgență actuala declarată de autorități.

4. Nu vă prezentați la medicul dumneavoastră de familie fără programare prealabilă! Așteptarea împreună cu alți pacienți acuți cu diverse patologii și aglomerarea în fața cabinetelor poate favoriza răspândirea virusurilor.

5. **Dacă sunteți programat sau reprezentați o urgență care nu suportă amânarea consultației, trebuie să respectați următoarele:**

- Nu au voie să intre în sala de așteptare a cabinetelor medicale mai mult de 3-5 persoane pentru a putea păstra distanțele de siguranță de 2m între pacienții prezenți;

- La intrarea în cabinetele medicale este indicat să vă ștergeți pe tălpile pantofilor pe presuri îmbibate cu soluții dezinfectante pe bază de clor;

- Nu intrați în cabinetul medical împreună cu alți aparținători, care pot fi expuși la rândul lor, dacă starea de sănătate va permite acest lucru, cu excepția mamei împreună cu copilul bolnav. Aparținătorii vă vor aștepta în mașină sau în afara cabinetului medical;

- La intrarea în cabinete este indicat să purtați masca de protecție dacă o aveți, sau dacă nu să vă acoperiți nasul și gura cu șervețele de protecție de unică folosință, pe care le veți depozita ulterior în pungi de plastic, pentru a evita contaminarea;

- La intrarea și la ieșirea din cabinetul medical trebuie să vă dezinfectați obligatoriu pe mâini cu soluții alcoolice de dezinfecție;

- Vă rugăm să respectați regulamentul de funcționare și regulamentele de ordine interioară, ale cabinetelor medicale la care v-ați prezentat și să aveți răbdare, având în vedere că suntem cu toții într-o situație de urgență, și pot interveni diverse situații neprevăzute, iar medicii de familie și personalul medical are nevoie de liniște să lucreze în condiții optime și civilizate pentru păstrarea stării dumneavoastră de sănătate;

6. Este posibil să fiți solicitați să completați **un chestionar de tipul COVID19 pe proprie răspundere**, despre eventualele deplasări în străinătate sau contactul cu persoane care au călătorit în zonele contaminate

7. Nu vă panicați! Nu urmați decât sfaturile instituțiilor oficiale și ale persoanelor autorizate de către acestea.

### Recomandările Ministerului Sănătății:

– Spălați-vă mâinile de multe ori timp de 20 de secunde cu insistență.

– Evitați contactul cu persoane care sunt suspecte de infecții respiratorii acute.

– Nu vă atingeți ochii, nasul și gura cu mâinile.

– Acoperiți-vă gura și nasul dacă strănutați sau tușiți cu șervețele de hârtie pe care le împachetați și le introduceți în pungi de plastic.

– Nu luați medicamente antivirale și nici antibiotice decât, în cazul, în care va prescrie medicul.

– Curățați toate suprafețele cu dezinfectanți pe bază de clor sau alcool.

– Utilizați masca de protecție doar în cazul în care suspectați că sunteți bolnav sau în cazul în care acordați asistență persoanelor bolnave.

– Sunați la 112 dacă aveți febră, tușiți sau v-ați întors din China sau zonele în carantină din Europa de cel puțin 14 zile (zone de cod galben și roșu conform datelor actualizate prezentate de autoritățile publice).

Vă transmitem gândurile de sănătate deplină și dorința de a trece cu toții peste probleme cu bine!

**SOCIETATEA TIMIȘ DE MEDICINĂ FAMILIEI.**