**Kedves Hallgatók!**

Mára bebizonyosodott, hogy a járvány a csoportos megbetegedések fázisába lép, az újonnan megjelenő eseteknél már nem feltétlenül visszakövethető a fertőzés forrása. A fiatalok tünetmentes hordozóként vagy enyhe tünetek mellett – a vírus különösen erős fertőzőképessége miatt – közvetlen életveszélyt jelenthetnek a társadalom idősebb tagjaira, így a saját, idősebb rokonaikra is, ezért közös felelősségünk, hogy óvjuk szeretteinket és a környezetünket!

Kiemelkedő fontossággal bír az egészségügyi megelőző, védekező intézkedések betartása, ezért kérünk Titeket, hogy tartózkodjatok a közösségi terek látogatásától és magáncéllal se szervezzetek 5 főnél szélesebb körű közösségi programokat.

Kérjük, hogy csak kifejezetten indokolt esetben utazzatok, lakóhelyeteket is csak feltétlenül szükséges esetekben hagyjátok el (például az alapvető szükségletek beszerzése céljából)!

A fentiekre való tekintettel az alábbiakban azon eljárásokat és javaslatokat gyűjtöttük össze részetekre, amelyek betartása kis erőfeszítés, azonban számottevően csökkenthetik az átfertőzés kockázatát.

**További hasznos tippek és tanácsok:**

* **Ne menjetek olyan környezetbe, ahol nagy a valószínűsége a fertőzésnek**! Ezért is fontos, hogy ne utazzatok, maradjatok otthon!
* **Kerüljétek a szoros kapcsolatot olyan személlyel, aki vírushordozó lehet!** Például olyan személlyel, aki a közelmúltban fertőzött területen járt!
* **Alaposan és gyakran mossatok kezet!** Lehetőleg szappanos vízzel vagy legalább 60% alkohol tartalmú kézfertőtlenítővel tisztítsátok meg a kezeteket! Ügyeljetek a körmeitek alatti, és az ujjaitok közötti területekre is!
* **Szellőztessetek gyakran!** Ez vonatkozik minden zárt térre.
* **Köhögéskor és tüsszentéskor** takarjátok el az orrotokat és szátokat **zsebkendővel, utána dobjátok ki a zsebkendőt és mossatok kezet!**
* **Kerüljétek el a köhögő, légúti tüneteket mutató embereket!**
* **Lázas beteggel lehetőség szerint kerüljétek** az érintkezés minden formáját!
* **Csak akkor használjatok maszkot, ha légzőszervi tüneteitek vannak** (köhögés, tüsszentés), ezzel védjétek a környezetetekben lévőket!
* A megszokott érintkezési, üdvözlési formákat, például a **kézfogást, a puszit, a baráti ölelést mellőzzétek!**
* **Fordítsatok fokozott figyelmet immunrendszere erősítésére,** fogyasszatok elegendő vitamint!

Amennyiben a közelmúltban érintett területen jártatok, vagy bizonytalanok vagytok az egészségügyi állapototokkal kapcsolatban, javasoljuk az önkéntes karantén 14 napig történő fenntartását környezetetek és szeretteitek védelmében. A hatósági (egyúttal az önkéntes karantén esetében is javasolt) házi karanténra vonatkozó iránymutatást az alábbiakban olvashatjátok:

**Hatósági vagy önkéntes házi karantén**

Azokat a magyar állampolgárokat, akik potenciálisan fertőzöttek hatósági házi karanténra kötelezhetik. Ilyen hatósági házi karanténra kötelezik már azokat a magyar állampolgárokat is, akik pl. Olaszországból érkeznek most az ország területére, még akkor is, ha tünetmentesek. **Ez egy rendkívüli járványügyi intézkedés, amelynek megszegése bűncselekmény**.

A hatósági házi karanténra kötelezett személy a járványügyi megfigyelés időtartama alatt otthonában köteles tartózkodni, azt nem hagyhatja el. Otthonában vendéget nem fogadhat. Köteles saját használati tárgyait, háztartási eszközöket (tányér, pohár, evőeszköz stb.), textíliát (ruhanemű, törülköző, ágynemű, konyharuha stb.) használni, azokat otthonában tisztítani és tárolni. Légúti tünetek (pl. láz, köhögés, légszomj) megjelenése esetén köteles azonnal a háziorvost vagy ügyeletes orvost telefonon értesíteni és a tőle kapott utasításoknak megfelelően eljárni.

Amennyiben további tájékoztatásra volna szükségetek a hatósági karantén szabályairól, az alábbi linken tudtok tájékozódni:

<https://koronavirus.gov.hu/cikkek/ezert-fontos-hatosagi-hazi-karanten-bevezetese-es-betartasa>

**Tájékozódjatok hiteles forrásokból**!

* + Nemzeti Népegészségügyi Központ honlapja (www.nnk.gov.hu)
  + Központi kormányzati koronavírus portál (www.koronavirus.gov.hu)
  + WHO honlapja (www.who.int)
* **Ismerjétek és kövessétek a szakmai, hatósági ajánlásokat, utasításokat!**
* **Osszátok meg a hiteles információkat** ismerőseitekkel is!

A vírus terjedésének visszaszorítása mindannyiunk közös felelőssége! Kérünk Titeket, hogy a fenti javaslatokat felelősségteljesen igyekezzetek betartani!

**PTE Hotline (+36 30 577 3764)**

Minden koronavírus járvánnyal kapcsolatos kérdésetekkel, illetve tünetek tapasztalása esetén is keressétek bizalommal a PTE Hotline munkatársait a fenti telefonos elérhetőségen. Amennyiben a tünetek nem egyértelműek, a munkatársak a protokoll alapján javaslatot tesznek a szükséges további intézkedésekre.

Maradjatok otthon, vigyázzunk egymásra!

Egyetemi Hallgatói Önkormányzat

