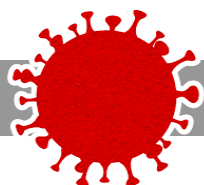




„AD MAIUS PIETATIS INCREMENTUM!”

ÚTMUTATÁS ÖNKÉNTES MPDSZ SEGÍTŐK SZÁMÁRA A COVID-19 VÍRUS FERTŐZÉSEL KAPCSOLATBAN



COVID-19

A Magyar Piarista Diákszövetség fontos, nagy és felelősségteljes feladatra vállalkozik, amikor egy több hónapig tartó rendkívüli időszakban igyekszik segítséget nyújtani az önellátásban akadályozott tagjai és a hozzá közel állók számára. Bízunk abban, hogy ezt mindenkinek meg tudjuk tenni, aki ezt igényli, mert sikerül elegendő tagunkat és barátunkat mozgósítani erre, akár fél éven keresztül is. Az MPDSZ ezzel egyik legnemesebb kezdeti törekvéséhez nyúl vissza, ami most szinte kötelesség.

Ennek során a „tégy jót!” erkölcsi parancsa mellett figyelünk kell a „ne árts!” parancsra is. Ellenkező esetben éppen a segítőszándék fordulhat visszájára és a segítséggel együtt a bajt is hozhatjuk éppen arra, akinek segíteni akarunk. Ha azonban minden önkéntes segítő elolvassa, végiggondolja, majd minden körülmények között betartja az itt összefoglaltakat, akkor nem lesz baj.

Az MPDSZ felelősei biztosítják a segítőknak és a segítettnek a kapcsolattartás és kommunikálás lehetőségét. Az én feladatom az egészségvédelmi és fertőzés-megelőzési támogatás megadása. A Tőletek beérkező észrevételekre, kérdésekre igyekszem válaszolni és szükség szerint segítséget adni.

A későbbiekben szükség lesz a magányos, fokozott bezártságban élő és szorongó embertársaink lelki támogatásának végiggondolására és az ennek enyhítésére szolgáló önkéntes segítői szolgáltatás kialakítására is. Most az első azonban a mindennapi szükségletek kielégítéséhez szükséges segítség megadása. Ez máris csökkenteni fogja sokunk kiszolgáltatottság érzését.

A baj egyben lehetőség a Jó Hír, a Kegyelem és a Gondviselés közvetítésére. Aki csatlakozik közösséget épít. Lehet, hogy egyszer csak rádöbbenünk: egy megújuló, biztonságosabb és jobb, igazságosabb világ alapjait vetjük meg együtt!

Ebben csak szerény segítség ez az első útmutató, ami a Nemzeti Népegészségügyi Központ és az Emberi Erőforrások Minisztériuma hivatalos dokumentumai alapján készült. Aki még alaposabban szeretne tájékozódni az itt teheti meg:

<https://www.nnk.gov.hu/index.php/lakossagi-tajekoztatok/140-koronavirus-tajekoztatok/560-fertozodes-elkerulese-alapveto-szabalyok-mindenki-szamara>

Dr. Oberfrank Ferenc
MPDSZ alelnök

1. A FERTŐZŐDÉS ELKERÜLÉSÉNEK ELEMISZABÁLYAI

Megjelent: 2020. március 16.

Az új koronavírus járvány terjedésének megelőzése érdekében kiemelten fontos, hogy **MINDENKI TARTSA BE** az alábbi óvintézkedéseket, segítsen betartani a környezetében!

- emberi érintkezések, találkozások lehető legnagyobb mértékű csökkentése
- személyes higiéné betartása
- felületek rendszeres tisztítása, fertőtlenítése
- szervezet védekezőképességének megtartása
- tünetek jelentkezésekor korai orvoshoz fordulás
- hiteles információkból folyamatos tájékozódás

2. MINDEN KÖRÜLMÉNEK KÖZÖTT BETARTANDÓ ÓVINTÉZKEDÉSEK

Az új koronavírus járvány terjedésének megelőzése érdekében az alábbi óvintézkedések betartása szükséges:

- **Mosson kezet** rendszeresen és alaposan, legalább 20 másodpercig szappannal és folyóvízzel, vagy tisztítsa meg kezét alkoholos kézfertőtlenítővel!
 - hazaérkezés után
 - ételkészítés előtt és közben
 - étkezés előtt
 - WC használatot követően
 - tüsszentés, köhögés, orrfújás után
 - beteggel érintkezés előtt és után
 - állatokkal vagy állatok ürülékével való érintkezés után
- **Szemhez, szájhoz, archoz ne nyúljon**, illetve csak kézmosást követően!
- **Szellőztessen rendszeresen!**
- Otthonában **tisztítsa a gyakran megérintett felületeket rutinszerűen** (például: asztalok, ajtókilincsek, villanykapcsolók, fogantyúk, íróasztalok, WC-k, csapok, mosogatók és mobiltelefonok)!
- A gyermekek által használt játékok, eszközök napi fertőtlenítő tisztítása javasolt.
- **Kerülje a nagy tömeget**, zárt légterű helyiségeket!
- **Kerülje az érintkezést betegekkal**, aki köhög, tüsszög, lázas – legyen bármilyen okból a betegsége (influenza, bakteriális fertőzés, egyéb)!
- **Köhögéskor, tüsszentéskor használjon papírzsebkendőt**, amit használat után azonnal dobjon el! Amennyiben erre nincs lehetősége, ne a kezébe köhögjön illetve tüsszentsen, hanem a behajlított kar könyökhajlatába!

- **Amennyiben Ön beteg, tartson távolságot másoktól!**
 - tartózkodjon a másokkal történő szoros fizikai érintkezéstől
 - lehetőleg használjon külön WC-t és mosdót
 - használjon külön étkezészetet
 - használjon külön törülközőt
- **Csak akkor használjon maszkot, ha légzőszervi tünetei vannak** (köhögés, tüsszentés), ezzel védje a környezetében lévőket!
- **Szoptatási gyakorlaton ne változtasson**, a lehetőség szerinti leghosszabb ideig szoptasson!

3. FERTŐZŐDÉS ELKERÜLÉSE AZ IDŐS EMBEREKKEL, SZÜLŐKKEL, ROKONOKKAL, GONDOZOTTAKKAL VALÓ KAPCSOLATTARTÁS SORÁN

A COVID-19 vírus okozta fertőzések kapcsán az Ön saját felkészülése mellett gondoljon az idősebbekre is, hiszen ők az új koronavírus betegség által nagyobb veszélynek vannak kitéve.

TANÁCSOK SZÜLEINEK, NAGYSZÜLEINEK, IDŐS ISMERŐSEINEK

Néhány jó tanács, hogy szülei és nagyszülei is egészségesek maradhassanak.

- **Ha Ön beteg, semmiképp ne találkozzunk velük!**
- Magyarázza el nekik, hogyan tudnak védekezni a megbetegedés ellen!
 - Hívja fel figyelmüket a **gyakori kézmosás** fontosságára!
 - Mutassa meg nekik a **helyes kézmosás** technikáját!
 - Figyelmeztesse őket **az arc, az orr és a szem érintésének elkerülésére!**
 - Tanítsa meg őket a **tüsszentés és köhögés helyes etikettjére!**
 - Kérje meg őket, hogy **kerüljék el a tömeget és a nagylétszámú rendezvényeket!**
 - **Kerüljék a szokásos üdvözlési formákat** (pl. puszi, kézfogás, ölelés)!
 - Kérje meg őket, hogy **szellőztessenek gyakran!**
- Látogassa őket ritkábban, helyette inkább **telefonáljon, interneten beszéljen velük!**
- Ne használjanak közös háztartási eszközöket!
- **Tisztítsák és fertőtlenítsék** a gyakran érintett felületeket és tárgyakat!
- **Segítsen nekik a bevásárlásban**, szerezze be számukra a szükséges háztartási termékeket! Ebben az esetben ritkábban kell kimozdulniuk a forgalmas és zsúfolt helyekre menniük.
- Tudja meg, hogy milyen **gyógyszereket** szednek szerettei, és orvosuk segítségével próbáljanak némi tartalékot is beszerezni számukra!

- Kísérje figyelemmel a **szükséges élelmiszerek** és orvosi eszközök elérhetőségét, készítsen biztonsági tervet minden eshetőségre!
- Az idősebbek ritkábban követik az online médiákat. **Mutassa meg nekik a hivatalos tájékoztatói lehetőségeket!**
- **Adja meg nekik a Nemzeti Népegészségügyi Központ zöldszámát!**
- Amennyiben szerette egy szociális intézményben vagy idősek otthonában lakik, kísérje figyelemmel az ottani helyzetet!
- Kérdezzen a környezetükben élők egészségi állapotáról, és ismerje mi a teendő egy járvány esetén!

TOVÁBBI SEGÍTSÉGRE VAN SZÜKSÉGE?

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

- telefonszám: 06 80 277 455 és 06 80 277 456
- emailcím: koronavirus@bm.gov.hu
- honlap: <https://koronavirus.gov.hu/>
- facebook oldal és messenger: <https://www.facebook.com/koronavirus.gov.hu/>

TÁJÉKOZTATÓ GYÓGYSZERKIVÁLTÁSI LEHETŐSÉGEKRŐL

Megjelent: 2020. március 14.

1. PAPÍR ALAPÚ DOKUMENTÁCIÓVAL –

orvosi vénnyel vagy eRecepthez kapcsolódó „felírási igazolással”

Amennyiben az orvos

- **papír alapú vényt** ír vagy
- elektronikus vényt (eRecept) ír (a beteg adatai bekerülnek a „felhőbe” – hivatalos nevén az EESZT-be (Elektronikus Egészségügyi Szolgáltatási Térbe) és
- a beteg kérésére, illetve 14 éves kor alatti beteg esetén kötelezően kinyomtatja a **felírási igazolást** és átadja azt a betegnek, szülőnek

a beteg vagy a **beteg által megbízott személy** a papír alapú orvosi vénnyel vagy az eReceptről készült papír alapú felírási igazolással **bármelyik gyógyszerertárban kiválthatja a felírt gyógyszereket.**

A gyógyszerész kiadja a beteg számára felírt gyógyszereket. A gyógyszer átvevője a gyógyszerertárban a kiadási bizonylaton aláírásával hitelesíti, hogy a nyugtán szereplő gyógyszerek kiadása és átvétele megtörtént. A gyógyszerertár a kiadási bizonylatot megőrzi.

PAPÍR ALAPÚ DOKUMENTÁCIÓ NÉLKÜL

Amennyiben az orvos

- elektronikus vényt (eRecept) ír (a beteg adatai bekerülnek a „felhőbe” – hivatalos nevén az EESZT-be (Elektronikus Egészségügyi Szolgáltatási Térbe) és
- **nem készül róla nyomtatott felírási igazolás**

A beteg a gyógyszerertárban TAJ kártyájának és személyes azonosításra alkalmas okmányának bemutatásával kiválthatja a saját névre felírt elektronikus vényen szereplő gyógyszereit.

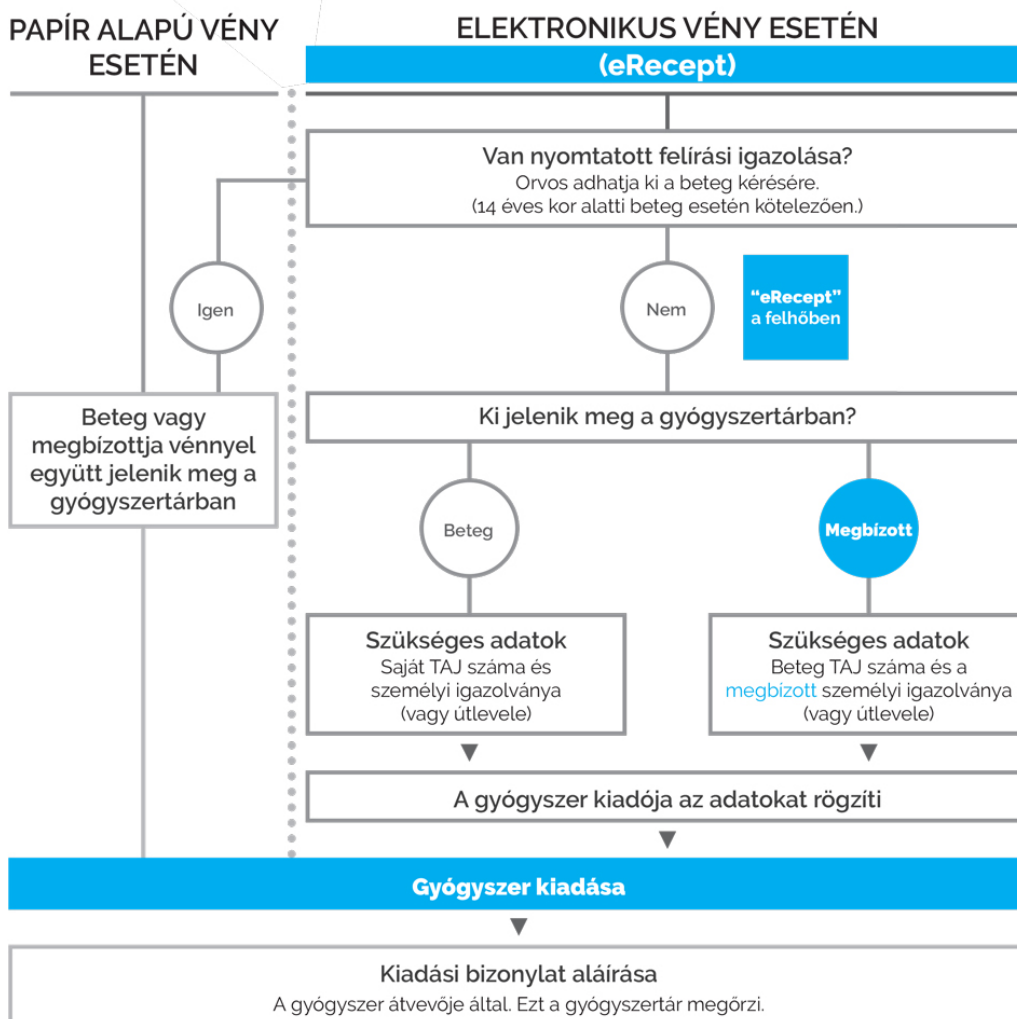
A ***Kormány által kihirdetett veszélyhelyzetre tekintettel*** a gyógyszer kiadója a „felhőben lévő” gyógyszer kiadását felírási igazolás nélkül is teljesíti **azon személy részére, aki a beteg TAJ-át közli, és a saját természetes személyazonosító adatait hitelt érdemlően bizonyítja.**

A gyógyszer kiadója a gyógyszert kiváltó személy személyazonosító adatait elektronikusan rögzíti.

A gyógyszer átvevője a gyógyszerertárban a kiadási bizonylaton aláírásával hitelesíti, hogy a nyugtán szereplő gyógyszerek kiadása és átvétele megtörtént. A gyógyszerertár a kiadási bizonylatot megőrzi.

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