

**KOMUNIKAT**  
**Rektora Podhalańskiej Państwowej**  
**Uczelni Zawodowej w Nowym Targu**  
**z dnia 9 marca 2020 r.**

w sprawie: podstawowych środków ochronnych przeciwko koronawirusowi SARS-Cov-2 wywołującemu chorobę COVID-19

W związku z sytuacją epidemiologiczną o charakterze międzynarodowym, a tym samym zagrożeniem zdrowia publicznego koronawirusem SARS-Cov-2 informuję, że wszystkie wyjazdy i przyjazdy studentów oraz pracowników do krajów i z krajów objętych zakażeniem, zostają wstrzymane do odwołania.

1. W celu pozyskania informacji dotyczącej postępowania w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem uruchomiono infolinię NFZ pod numerem **800 190 590**.
2. W przypadku pobytu w ciągu ostatnich 14 dni w krajach, gdzie odnotowano rosnącą liczbę zakażeń koronawirusem SARS-Cov-2 należy skontaktować się z najbliższą stacją sanitarno-epidemiologiczną celem zastosowania kwarantanny domowej lub samoobserwacji. Szczegółowe informacje dostępne są na stronie internetowej Powiatowej Stacji Sanitarno – Epidemiologicznej w Nowym Targu: <https://pssenowytarg.wsse.krakow.pl/>
3. Każda osoba manifestująca objawy zakażenia SARS-CoV-2 powinna być hospitalizowana w oddziale zakaźnym (obserwacyjno-zakaźnym) z zapewnieniem warunków izolacji oddechowej i ścisłego reżimu sanitarnego. Lista oddziałów zakaźnych w województwie małopolskim, wskazanych dla pacjentów potencjalnie zainfekowanych koronawirusem:
  - a. Dąbrowa Tarnowska - Zespół Opieki Zdrowotnej w Dąbrowie Tarnowskiej, Oddział Obserwacyjno-Zakaźny, Szpitalna 1;
  - b. Kraków - Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Uniwersytecki w Krakowie, Oddział Kliniczny Chorób Zakaźnych, Macieja Jakubowskiego 2;
  - c. Kraków - Szpital Specjalistyczny Im. Stefana Żeromskiego Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Krakowie, Oddział Chorób Infekcyjnych I Pediatrii I Oddział Obserwacyjno-Zakaźny, Os. Na Skarpie 66;
  - d. Krakowski Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II, Kraków, ul. Prądnicka 80;
  - e. Miechów - Szpital Św. Anny w Miechowie, Oddział Obserwacyjno-Zakaźny, Szpitalna 3;
  - f. Myślenice - Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Myślenicach, Oddział Chorób Zakaźnych, Ul. Szpitalna 2;
  - g. Olkusz - Nowy Szpital w Olkuszu Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością, Oddział Obserwacyjno Zakaźny Z Izbą Przyjęć, 1000-Lecia 13;
  - h. Proszowice - Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Proszowicach, Oddział Obserwacyjno-Zakaźny, Mikołaja Kopernika 13;
  - i. Tarnów - Specjalistyczny Szpital Im. E. Szczeklika w Tarnowie, Oddział Obserwacyjno-Zakaźny Dzieci, Szpitalna 13;

- j. Wielogłowy - Szpital Specjalistyczny Im. Jędrzeja Śniadeckiego w Nowym Sączu, Oddział Chorób Zakaźnych, Dąbrowa 1.
4. Wszystkie osoby powracające z zagranicy, studenci, w szczególności powracający z programu Erasmus+, nauczyciele akademicki oraz pracownicy administracji i obsługi, proszeni są o zgłoszenie tego faktu telefonicznie odpowiednio w Sali Obsługi Studenta, w Sekretariacie Instytutu i Dziale Kadr oraz bezpośrednio przełożonemu.
5. W celu zabezpieczenia się przed koronawirusem należy bezwzględnie przestrzegać zasad higieny, wstrzymać wszystkie masowe działania z udziałem studentów i pracowników oraz na bieżąco monitorować informacje podawane przez Główny Inspektorat Sanitarny.
6. Należy przestrzegać wydanych przez Główny Inspektorat Sanitarny zasad higieny, to jest m.in.:
- a. **Często myj ręce.** Często myj ręce używając mydła i wody, a jeśli nie masz do nich dostępu, używaj płynów/żeli na bazie alkoholu (min. 60%). **Dlaczego?** Mycie rąk ww. metodami zabija wirusa, jeśli znajduje się on na rękach.
  - b. **Stosuj odpowiednie zasady ochrony podczas kaszlu i kichania.** Podczas kaszlu i kichania zakryj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – natychmiast wyrzuć chusteczkę do zamkniętego kosza i umyj ręce używając mydła i wody, a jeśli nie masz do nich dostępu – płynów/żeli na bazie alkoholu (min. 60%). **Dlaczego?** Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazków i wirusów. Jeśli kichasz lub kaszlesz w dłoń, możesz zanieczyścić przedmioty lub dotykane osoby.
  - c. **Zachowaj bezpieczną odległość.** Zachowaj co najmniej 1 metr odległości między sobą a innymi ludźmi, szczególnie tymi, którzy kaszlą, kichają i mają gorączkę. **Dlaczego?** Gdy ktoś zarażony wirusem powodującym chorobę układu oddechowego, taką jak COVID-19, kaszle lub kicha, wydziela pod ciśnieniem małe kropelki śliny i śluzu zawierające wirusa. Jeśli jesteś zbyt blisko, istnieje ryzyko, że możesz wdychać wirusa.
  - d. **Unikaj dotykania oczu, nosa i ust.** **Dlaczego?** Dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być skażone wirusem. Jeśli dotkniesz oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, możesz przenieść wirusa z powierzchni na siebie.
  - e. **Jeśli masz gorączkę, kaszel, trudności w oddychaniu, zasięgnij pomocy medycznej** zgodnie z informacją zamieszczoną na stronie Ministerstwa Zdrowia <https://www.gov.pl/web/zdrowie>  
**Dlaczego?** Objawy ze strony układu oddechowego z towarzyszącą gorączką mogą mieć wiele przyczyn np. wirusową (wirusy grypy, adenowirusy, rynowirusy, koronawirusy, wirusy paragrypy) czy bakteryjną (pałeczka *Haemophilus influenzae*, pałeczka krztuśca, chlamydia, mykoplazama).
  - f. **Jeśli masz łagodne objawy ze strony układu oddechowego i nie podróżowałeś do Chin,** pamiętaj o stosowaniu podstawowych zasad ochrony podczas kaszlu, kichania oraz higieny rąk i pozostań w domu do czasu powrotu do zdrowia, jeśli to możliwe.

**REKTOR**  
*ks. dr hab. Stanisław Gulak*  
profesor uczelni