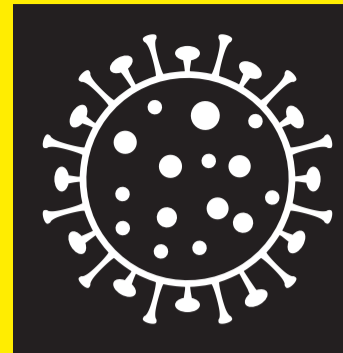


# Koronawirus COVID-19



Coronavirus  
**COVID-19**  
Public Health  
Advice

## Dbaj o siebie. Chrońmy się nawzajem.

### Dalej:



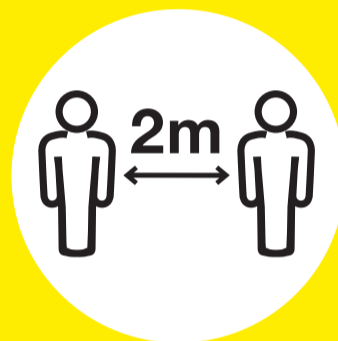
#### Myj

ręce dobrze i często  
aby uniknąć zakażenia



#### Zakrywaj

usta i nos chusteczką  
lub rękawem gdy  
kaszlesz lub kichasz i  
wyrzucaj zużyta  
chusteczkę



#### Utrzymuj dystans

przynajmniej 2 metry od  
innych ludzi, szczególnie  
tych, którzy mogą być chorzy



#### Unikaj

tłumów oraz  
zatłoczonych miejsc



#### Poznaj

objawy. Jeśli masz  
objawy odizoluj się i  
natychmiast skontaktuj  
się z lekarzem  
pierwszego kontaktu

#### Objawy COVID-19 to między innymi

- > gorączka
- > kaszel
- > trudności w oddychaniu
- > nagła utrata węchu lub smaku
- > objawy grypopodobne

Jeśli posiadasz jakikolwiek z objawów, odizoluj się aby chronić innych i zadzwoń do swojego lekarza aby umówić się na test na COVID-19.

## #holdfirm

Więcej informacji na stronie:

[www.gov.ie/health-covid-19](http://www.gov.ie/health-covid-19)  
[www.hse.ie](http://www.hse.ie)