



## COVID-19 TÁJÉKOZTATÓ

# RENDSZERESEN SZED GYÓGYSZEREKET? ÍGY VÁLTSA MOST KI!

**HÍVJA FEL HÁZIORVOSÁT!**



**HÁZIORVOSA  
FELÍRHAJA  
A VÉNYT A FELHŐBE**

**Elektronikus  
Egészségügyi  
Szolgáltatási Tér**



**ÖN VAGY ISMERŐSE VÁLTSA KI  
BÁRMELYIK GYÓGYSZERTÁRBAN**

**A kiváltáshoz szükséges:**

- az Ön TAJ száma
- a kiváltó személy személyi igazolványa (vagy útlevele)



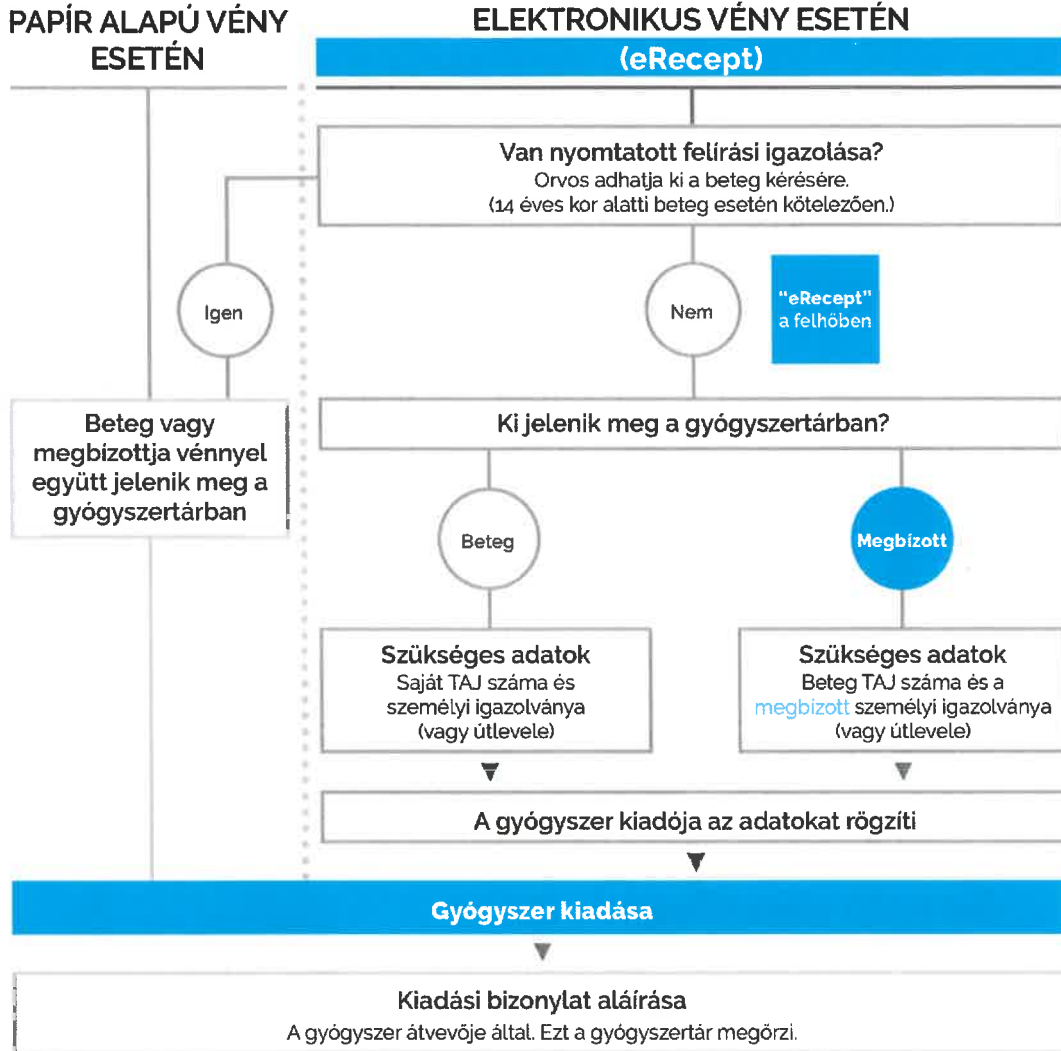
[www.nnk.gov.hu/index.php/  
lekosagi-tajekoztatok/koronavirus](http://www.nnk.gov.hu/index.php/lekosagi-tajekoztatok/koronavirus)

 **zöld-számok**  
**0680/277-455, 0680/277-456**

  
**EMBERI ERŐFORRÁSOK  
MINISZTERUMA**

## 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

ℹ [www.koronavirus.gov.hu](http://www.koronavirus.gov.hu)

📘 [www.fb.com/koronavirus.gov.hu](https://www.facebook.com/koronavirus.gov.hu)



# Helyes köhögés

Hogy senki se fertőződjön meg!



EMBERI ERŐFORRÁSOK  
MINISZTERIUMA

Emberi Erőforrások Minisztériuma,  
Egészségügyért Felelős Államtitkárság

KOV19 KH 0V 01



1, 2, 3 ... 30

Helyes  
kézmosás

Egyszerű



EMBERI ERŐFORRÁSOK  
MINISZTERIUMA

Emberi Erőforrások Minisztériuma,  
Egészségügyért Felelős Államtitkárság

KOV19 KM OV 01





# Helyes kézmosás

## Ne felejtse el!

Az Ön kezére is kerülnek vírusok és baktériumok.

## Ezért:

Ne fogja meg az arcát feleslegesen, és mosson kezet naponta többször!

**Jó tanács:** Ha hideg van, gyakran mosson kezet!

## Mikor?

- étkezés előtt
- WC használat után
- amikor megérkezik valahová
- tüsszentés, köhögés, orrfújás után
- állat érintését követően



EMBERI ERŐFORRÁSOK  
MINISZTERIUMA

Emberi Erőforrások Minisztériuma, Egészségügyért Felelős Államtitkárság

KOVIG KM IS 01



## COVID-19 TÁJÉKOZTATÓ



**NE VISELJEN MASZKOT,  
HA NEM BETEG!**

Elegendő mennyiségű maszk áll rendelkezésre az állami készletekben, ha felelősen használjuk.

### CSAK AKKOR VISELJEN MASZKOT



- ha lázas, köhög  
vagy folyik az orra
- még gyógyulófélben van  
fertőző betegségből

### HOGYAN VISELJE A MASZKOT?



A maszk színes része  
legyen kívül,  
a száját, orrát és állát  
teljesen fedje le.



A maszk fém szegélyét  
csippentse be úgy,  
hogy az finoman rányo-  
módjon az orrnyergére.



A használt maszkot  
csak a fűlénél lévő  
zsinórt érintve  
vegye le.



Mosson rendszeresen kezet szappannal és vízzel  
a tájékoztatókban leírtak szerint!



[www.nnk.gov.hu/index.php/  
lekozasagi-tajekoztatok/koronavirus](http://www.nnk.gov.hu/index.php/lekozasagi-tajekoztatok/koronavirus)



zöld-számok  
0680/277-455, 0680/277-456



EMBERI ERŐFORRÁSOK  
MINISZTERÜMMA



## COVID-19 TÁJÉKOZTATÓ

### 12 PONT A COVID19 ELLEN



**Maradj otthon!**



**Moss rendszeresen és alaposan kezet!**



**Ne érintsd meg az arcodat!**



**Papírzsebkendőbe köhögj, tüsszögj, használat után dobd a kukába!**



**Tartsd tisztán a WC-t és a mosdót!**



**Legyenek saját evőeszközeid, amiket használat után azonnal mosogass el!**



**Tartsd tisztán a lakásod!**



**Szellőztess rendszeresen!**



**Mozogj rendszeresen!**



**Étkezz változatosan, egyél sok zöldséget, gyümölcsöt!**



**Ha beteg vagy, hívd fel a háziorvosodat telefonon!**



**Tájékozódj hiteles forrásból!**

**MARADJ OTTHON! CSÖKKENTSD A VÍRUS TERJEDÉSÉT!**



[www.nnk.gov.hu/index.php/  
lakossagi-tajekoztatok/koronavirus](http://www.nnk.gov.hu/index.php/lakossagi-tajekoztatok/koronavirus)

 **zöld-számok**  
**0680/277-455, 0680/277-456**

  
**EMBERI ERŐFORRÁSOK  
MINISZTERUMA**

