

Preporuke i upute Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo.

Ovih preporuka i uputa dužni su se pridržavati hrvatski i strani državljani koji ulaze u Republiku Hrvatsku i to 14 dana od dana prelaska državne granice na sljedeći način:

- Tijekom prvih 14 dana od ulaska u Republiku Hrvatsku izlasci iz smještaja ograničavaju se samo na nužne: obavljanje posla ako se radi o poslovnom razlogu ulaska u Republiku Hrvatsku, obavljanje nužnih aktivnosti uz kontinuirano pojačano provođenje higijenskih mjera.
- Tijekom nužnih izlazaka iz smještaja preporuča se koristiti masku ili prekrivalo za nos i usta, održavati fizički razmak od drugih osoba (minimalno 1,5 metar) te provoditi higijenu ruku.
- Ruke što češće prati toplom vodom i sapunom i/ili koristiti dezinfekcijsko sredstvo za ruke koje treba dobro utrljati u dlanove. Izbjegavati dodirivanje lica, usta, nosa i očiju.
- Izbjegavati korištenje javnog prijevoza. U prijevoznom sredstvu poželjno je da je osoba sama ili isključivo s osobama koje dijele zajednički smještaj.
- Treba dosljedno izbjegavati grupiranja i javna okupljanja
- Tijekom poslovnih sastanaka treba susretati što manji broj osoba, osigurati fizički razmak od 1,5 metra uz dostupnost dezinfekcijskih sredstava, izbjegavati nepotrebne sastanke.
- Tijekom boravka u smještaju takve osobe same pripremaju hranu, odnosno koriste usluge dostave hrane i pića.
- Usluge plaćanja obavljaju se bezgotovinskim kartičnim plaćanjem ili *on-line* uslugama.
- Svako jutro potrebno je izmjeriti tjelesnu temperaturu, ukoliko je viša od 37,2, potrebno je izmjeru ponoviti nakon 10 minuta, te ako je temperatura ponovno viša od 37,2 potrebno je ostati kod kuće/u smještaju i javiti se izabranom liječniku obiteljske medicine ukoliko ga ima (hrvatski državljani), ili teritorijalno nadležnom epidemiologu
- U slučaju pojave simptoma akutne respiratorne infekcije (kašalj, grlobolja, povišena tjelesna temperatura, kratak dah/otežano disanje, gubitak osjeta njuha i okusa) 2 potrebno je ostati kod kuće/u smještaju i javiti se izabranom liječniku obiteljske medicine ukoliko ga ima (hrvatski državljani), ili teritorijalno nadležnom epidemiologu
- U slučaju nagle pojave teških, po život ugrožavajućih simptoma osoba se javlja hitnoj medicinskoj službi.

Ako nastupe simptomi bolesti dišnih puteva. Ako razvijete simptome bolesti dišnih puteva (povišena tjelesna temperatura, kašalj, kratkoća daha, otežano disanje, grlobolja, slabost) javite se telefonom svom izabranom liječniku, koji će na temelju Vašeg zdravstvenog stanja procijeniti potrebu za eventualnim testiranjem na novi koronavirus. Ako Vam zatreba liječnička pomoć zbog razloga koji nisu respiratorna bolest, nazovite izabranog liječnika ili neka ga kontaktira netko od Vaših ukućana radi konzultacije i dogovora o kućnoj posjeti. Ne idite sami u zdravstvenu ustanovu bez prethodne telefonske najave. Više podataka o koronavirusnoj bolesti i mjerama smanjenja rizika od širenja bolesti možete pročitati na mrežnim stranicama HZJZ-a <https://www.hzjz.hr/sluzba-epidemiologija-zarazne-bolesti/koronavirus-najnovije-preporuke/> te dobiti od izbranog liječnika i teritorijalno nadležnog epidemiologa.

Hrvatski i strani državljani mogu zatražiti dodatne informacije i pojašnjenja na info broju 112 ili 113.

| Popis telefonskih brojeva epidemiologa u pripravnosti | |
|---|---------------|
| Hitna medicinska služba | 112 |
| Hitna medicinska služba – Grad Zagreb | 194 |
| ZZIZ "Dr. Andrija Štampar", Zagreb | 091 46 96 444 |
| ZZIZ Krapinsko-zagorske županije | 099 245 55 45 |
| | 091 730 79 13 |
| | 091 510 31 65 |
| ZZIZ Sisačko moslavačke županije | 098 29 35 78 |
| | 098 293576 |
| | 098 29 35 72 |
| | 098 981 32 73 |
| ZZIZ Karlovačke županije | 098 247 630 |
| ZZIZ Varaždinske županije | 099 211 98 02 |
| ZZIZ Koprivničko križevačke županije | 098 59 22 15 |
| ZZIZ Bjelovarsko bilogorske županije | 098 49 20 24 |
| ZZIZ Primorsko goranske županije | 091 125 72 10 |
| ZZIZ Ličko senjske županije | 091 504 49 17 |
| ZZIZ Virovitičko podravske županije | 098 46 59 45 |
| | 098 46 59 44 |
| ZZIZ Požeško slavonske županije | 098 98 29 204 |
| ZZIZ Brodsko posavske županije | 091 51 70 426 |
| ZZIZ Zadarske županije | 098 33 27 65 |
| ZZIZ Osječko baranjske županije | 031 225 717 |
| ZZIZ Šibensko kninske županije | 091 43 41 201 |
| ZZIZ Vukovarsko srijemske županije | 091 37 04 290 |
| ZZIZ Splitsko dalmatinske županije | 091 15 12 003 |
| ZZIZ Istarske županije | 099 529 44 55 |
| ZZIZ Dubrovačko neretvanske županije | 098 24 34 54 |
| ZZIZ Međimurske županije | 098 55 88 11 |
| ZZIZ Zagrebačke županije | 099 736 87 84 |
| Hrvatski zavod za javno zdravstvo | 098 22 77 53 |
| Odjela za preventivnu medicinsku zaštitu– ovlaštenih samo za pripadnike MORH-a i OS RH | 099 26 54 679 |
| | 099 35 98 813 |
| | 099 35 98 812 |