

Co musisz wiedzieć o koronawirusie

Koronawirus SARS-Cov-2 wywołuje chorobę o nazwie COVID-19. Choroba objawia się najczęściej gorączką, kaszlem, dusznościami, bólami mięśni, zmęczeniem. Ciężki przebieg choroby obserwuje się u ok.15-20% osób. Do zgonów dochodzi u 2-3% osób chorych. Prawdopodobnie dane te zawyżone, gdyż u wielu osób z lekkim przebiegiem zakażenia nie dokonano potwierdzenia laboratoryjnego. Najbardziej narażone na rozwinięcie ciężkiej postaci choroby i zgon są osoby starsze, z obniżoną odpornością, którym towarzyszą inne choroby, w szczególności przewlekłe.

Wirus przenosi się drogą kropelkową. Aktualnie nie ma szczepionki przeciw nowemu koronawirusowi. Można natomiast stosować inne metody zapobiegania zakażeniu, zaprezentowane poniżej. Metody te stosuje się również w przypadku zapobiegania innym chorobom przenoszonym drogą kropelkową np. grypie sezonowej (w przypadku której, szczyt zachorowań przypada w okresie od stycznia do marca każdego roku).

Aby zapobiec zarażeniu wirusem należy często myć ręce używając mydła i wody lub używać płynów/żeli na bazie alkoholu (min. 60%). Mycie rąk ww. metodami zabija wirusa, jeśli znajduje się on na rękach.

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%). Jeśli kichasz lub kaszlesz w dłonie, możesz zanieczyścić przedmioty lub dotykane osoby.

Zachowaj odległość między sobą a innymi ludźmi, szczególnie tymi, którzy kaszlą i kichają. Gdy ktoś zarażony wirusem powodującym chorobę układu oddechowego kaszle lub kicha, wydala pod ciśnieniem małe kropelki śliny i śluzu zawierające wirusa. Jeśli jesteś zbyt blisko, istnieje ryzyko, że możesz wdychać wirusa.

Unikaj dotykania oczu, nosa i ust. Dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być skażone wirusem. Jeśli dotkniesz oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, możesz przenieść wirusa z powierzchni na siebie.

Jeśli masz gorączkę, kaszel, trudności w oddychaniu, zasięgnij pomocy medycznej zgodnie z informacją zamieszczoną na stronie [tutaj](#). Objawy ze strony układu oddechowego z towarzyszącą gorączką mogą mieć wiele przyczyn np. wirusy grypy, adenowirusy, rynowirusy, koronawirusy, wirusy paragrypy czy bakteryjną (pałeczka Haemophilus influenzae, pałeczka krztuśca, chlamydia, mykoplazma).

Podejrzenie zakażenia SARS-Cov-2 jest powiązane z podróżowaniem do obszarów, w których zgłoszono przypadki zakażenia SARS-Cov-2, lub bliskim kontaktem z kimś, kto tam podróżował i ma objawy ze strony układu oddechowego.

Zachęcamy do zapoznania się informacjami zamieszczanymi na [stronie internetowej Głównego Inspektoratu Sanitarnego](#), m.in. z „Komunikatem dla podróżujących”, „Zasadami postępowania z osobami podejrzanymi o zakażenie nowym koronawirusem 2019-nCoV MEDYCZNE” oraz „Zasadami postępowania z osobami podejrzanymi o zakażenie nowym koronawirusem 2019-nCoV W PODRÓŻY LOTNICZEJ”.

Nie zaleca się używania masek na twarz przez zdrowych ludzi w celu zapobieżenia rozprzestrzenianiu się SARS-Cov-2

Noszenie maseczki zasłaniającej usta i nos może pomóc ograniczyć rozprzestrzenianie się niektórych chorób układu oddechowego. Jednak stosowanie samej maseczki nie gwarantuje powstrzymania infekcji i powinno być połączone ze stosowaniem innych środków zapobiegawczych, w tym higieną rąk i zasadami ochrony podczas kaszlu czy kichania (patrz wyżej) oraz unikaniem bliskiego kontaktu z innymi ludźmi (co najmniej 1 metr odległości). Światowa

Organizacja Zdrowia doradza racjonalne stosowanie maseczek.

Używaj **maseczek tylko wtedy, gdy masz objawy ze strony układu oddechowego (kaszel lub kichanie), podejrzewasz u siebie infekcję SARS-Cov-2 przebiegającą z łagodnymi objawami lub opiekujesz się osobą z podejrzeniem infekcji SARS-Cov-2.**

Sprzęt ochrony układu oddechowego powinien być oznakowany znakiem CE, który potwierdza, że został prawidłowo zaprojektowany i skonstruowany, wykonany z właściwych materiałów.

Decyzję o kwarantannie podejmuje lekarz lub Inspektor Sanitarny wyłącznie wobec osoby, w przypadku której istnieje podejrzenie lub rozpoznanie zachorowania na chorobę szczególnie niebezpieczną i wysoce zakaźną albo osoby podejrzanej o zakażenie lub osoby, która miała kontakt z osobą zakażoną.

źródło informacji: <https://www.gov.pl/web/zdrowie/co-musisz-wiedziec-o-koronawirusie>



BYŁEŚ ZA GRANICĄ I ŹŁE SIĘ CZUJESZ? SPRAWDŹ CO ROBIĆ!

WOJEWÓDZTWO ZACHODNIOPOMORSKIE:

- WAŁCZ, 107 SZPITAL WOJSKOWY Z PRZYCHODNIĄ SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ, UL. KOŁOBRZESKA 44.
- SZCZECIN, SAMODZIELNY PUBLICZNY WOJEWÓDZKI SZPITAL ZESPOLONY, UL. ARKOŃSKA 4.
- KOSZALIN, SZPITAL WOJEWÓDZKI IM. MIKOŁAJA KOPERNIKA, UL. CHAŁUBIŃSKIEGO 7.

