

Co musisz wiedzieć o koronawirusie

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Legnicy przypomina, że w przypadku zachorowań na infekcje zakaźne bądź podejrzenia takiej infekcji należy kierować mieszkańców gmin i powiatów regionu legnicko-głogowskiego do oddziałów zakaźnych lub oddziałów obserwacyjno-zakaźnych, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.

Jeśli w ciągu ostatnich 14 dni byłeś w miejscu, gdzie występuje KORONAWIRUS i zaobserwowałeś u siebie objawy, takie jak: GORĄCZKA, KASZEL, DUSZNOŚĆ I PROBLEMY Z ODDYCHANIEM, to: **bezwzględnie powiadom telefonicznie** stację sanitarno-epidemiologiczną tel. **600 312 142** lub w przypadku nasilonych objawów zadzwoń pod numer alarmowy 112 lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego.

W REGIONIE DOLNEGO ŚLĄSKA DOSTĘPNE SĄ ODDZIAŁY:

1. SPECJALISTYCZNY SZPITAL IM. DRA ALFREDA SOKOŁOWSKIEGO, **WAŁBRZYCH UL. SOKOŁOWSKIEGO 4, CHOROBY ZAKAŹNE - HOSPITALIZACJA ODDZIAŁ CHORÓB ZAKAŹNYCH**
2. ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ, **BOLESŁAWIEC UL. JELENIOGORSKA 4,**
3. WOJEWÓDZKI SZPITAL SPECJALISTYCZNY IM.J. GROMKOWSKIEGO, **WROCŁAW UL. KOSZAROWA 5,**
4. UNIEWRSYTECKI SZPITAL KLINICZNY, KLINIKA PEDIATRII I CHORÓB INFEKCYJNYCH, **WROCŁAW UL. CHAŁBIŃSKIEGO 2-2A**

Czym jest koronawirus?

Nowy koronawirus SARS-Cov-2 wywołuje chorobę o nazwie COVID-19. Choroba objawia się najczęściej gorączką, kaszlem, dusznościami, bólami mięśni, zmęczeniem.

Jak często występują objawy?

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.

Kto jest najbardziej narażony?

Najbardziej narażone na rozwinięcie ciężkiej postaci choroby i zgon są osoby starsze, z obniżoną odpornością, którym towarzyszą inne choroby, w szczególności przewlekłe.

Jak się zabezpieczyć przed koronawirusem?

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).

Gdzie do tej pory stwierdzono przypadki zakażenia koronawirusem?

Najwięcej potwierdzonych przypadków zakażenia nowym koronawirusem zarejestrowano w Chinach (99%), głównie w prowincji Hubei. Pozostałe osoby „zawlekły” wirusa do innych krajów Azji, Europy, Oceanii i Ameryki Północnej i zakaziły (np. w Niemczech, we Francji, w Wielkiej Brytanii) kolejne osoby.

Podstawowe środki ochronne przeciwko nowemu koronawirusowi wywołującemu chorobę COVID-19.

<https://youtu.be/bO2swTJBj0s>

800 190 590 - numer infolinii Narodowego Funduszu Zdrowia dotyczącej postępowania w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem

Informacja dla osób powracających z północnych Włoch, Chin, Korei Południowej, Iranu, Japonii, Tajlandii, Wietnamu, Singapuru i Tajwanu

Jeśli **w ciągu ostatnich 14 dni byłeś w północnych Włoszech, Chinach, Korei Południowej, Iranie, Japonii, Tajlandii, Wietnamie, Singapurze lub Tajwanie** i zaobserwowałeś u siebie objawy, takie jak: gorączka, kaszel, duszność i problemy z oddychaniem, to bezzwłocznie powiadom telefonicznie **stację sanitarno-epidemiologiczną** **lub** zgłoś się **bezpośrednio** do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.

Wideo

Wersja dla niesłyszących

<https://youtu.be/7M3QMvYvT8>

ZALECENIA

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.

JAK SKUTECZNIE MYĆ RĘCE?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spleć palce i namydl je.



4 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwa nadgarstki.



7 Splucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wysusz je starannie.



**Całkowity czas:
30 sekund**

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



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 dłonie, możesz zanieczyścić przedmioty lub dotykane osoby.

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, wydalą 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

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.

Jeśli masz gorączkę, kaszel, trudności w oddychaniu, zasięgnij pomocy medycznej

Jeśli masz gorączkę, kaszel, trudności w oddychaniu, zasięgnij pomocy medycznej.

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).

Jeśli masz łagodne objawy ze strony układu oddechowego i nie podróżowałeś do Chin

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.

Chroń siebie i innych przed zachorowaniem

Podejrzanie zakażenie SARS-Cov-2 jest powiązane:

- z podróżowaniem po obszarze Chin, w którym zgłoszono przypadki zakażenia SARS-Cov-2, lub
- bliskim kontaktem z kimś, kto podróżował po Chinach i ma objawy ze strony układu oddechowego.

Maseczki

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.

Wideo

Wersja dla niesłyszących

https://youtu.be/HHyHI5SN_MA

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Legnicy przypomina, że w przypadku zachorowań na infekcje zakaźne bądź podejrzenia takiej infekcji należy kierować mieszkańców gmin i powiatów regionu legnicko-głogowskiego do oddziałów zakaźnych lub oddziałów obserwacyjno-zakaźnych, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.

W REGIONIE DOLNEGO ŚLĄSKA DOSTĘPNE SĄ ODDZIAŁY:

1. SPECJALISTYCZNY SZPITAL IM. DRA ALFREDA SOKOŁOWSKIEGO WAŁBRZYCH
ALFREDA SOKOŁOWSKIEGO 4 CHOROBY ZAKAŹNE - HOSPITALIZACJA ODDZIAŁ CHORÓB
ZAKAŹNYCH
2. UNIWERSYTECKI SZPITAL KLINICZNY IM. JANA MIKULICZA-RADECKIEGO WE
WROCŁAWIU WROCŁAW-ŚRÓDMIEŚCIE BOROWSKA 213 CHOROBY ZAKAŹNE DZIECIĘCE -
HOSPITALIZACJA ODDZIAŁ KLINICZNY ZAKAŹNY
3. WOJEWÓDZKI SZPITAL SPECJALISTYCZNY IM.J.GROMKOWSKIEGO WROCŁAW-PSIE
POLE KOSZAROWA 5 CHOROBY ZAKAŹNE - HOSPITALIZACJA I ODDZIAŁ CHORÓB
ZAKAŹNYCH II ODDZIAŁ CHORÓB ZAKAŹNYCH
4. ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ W BOLESŁAWCU BOLESŁAWIEC JELENIOGÓRSKA 4
CHOROBY ZAKAŹNE - HOSPITALIZACJA ODDZIAŁ CHORÓB ZAKAŹNYCH