



Koronavírussal kapcsolatos tájékoztatás



A magyar kormány operatív törzsét hozott létre az új koronavírus elleni küzdelem érdekében. Az alábbi honlapon <https://koronavirus.gov.hu/> illetve hivatalos facebook oldalon <https://www.facebook.com/koronavirus.gov.hu/> hiteles és naprakész információkat talál a hatósági intézkedésekről, a megelőzéshez szükséges lépésekről és teendőkről a panaszok esetén!

Megelőzés

A koronavírus ugyanúgy terjed, mint az influenza, cseppfertőzéssel, vagyis az orrból vagy szájból származó apró cseppeken keresztül terjed emberről emberre. A vírus tehát **köhögéssel, tüsszentéssel, kilégzéssel kerül a környezetbe**. Ezért is fontos **több mint 2 méter távolságra** maradni a megbetegedett személyektől és **betartani az alapvető higiéniai szabályokat**, mert azzal megfertőződhet valaki, hogy a **cseppekkel szennyezett tárgyakhoz vagy felületekhez ér, majd a szeméhez, orrához vagy szájához nyúl**.

A megelőzéshez a legfontosabb óvintézkedések

- **Ne menjen olyan környezetbe, ahol nagy a valószínűsége a fertőzésnek!** Ezért is fontos, hogy ne utazzon most például a gócpontnak számító Észak-Olaszországba vagy olyan más területekre, amiről már tudni lehet, hogy sok a fertőzött.
- **Kerülje a szoros kapcsolatot olyan személlyel, aki vírushordozó lehet**, mert pl. a közelmúltban valamely külföldi fertőzött területen járt!
- **Alaposan és gyakran mosson kezet!** Lehetőleg szappanos vízzel vagy legalább 60% alkohol tartalmú kézfertőtlenítővel tisztítsa meg a kezét! Ügyeljen a körmei alatti, és az ujjai közötti területekre is!
- **Szellőztessen gyakran!** Ez vonatkozik az otthonra, az irodákra, minden zárt térre.
- **Köhögéskor és tüsszentéskor** takarja el az orrát és száját **zsebkeendővel, utána dobja ki a zsebkeendőt és mosson kezet!**
- **Kerülje el a köhögő, légúti tüneteket mutató embereket, a nagy tömeget!**
- **Lázas beteggel lehetőség szerint kerülje az érintkezést minden formáját!**
- A megszokott érintkezési, üdvözlési formákat, például a **kézfogást, a pusztit, a baráti ölelést** tanácsos mellőznie.
- **Fordítson fokozott figyelmet immunrendszere erősítésére**, pl. fogyasszon elegendő vitamint!

Ha Ön egészséges, az **arcmaszk használata önmagában nem előzi meg a fertőzést**. Az **arcmaszk a megbetegedetteknek ajánlott**, hogy ne terjessze a vírust egy-egy tüsszentéssel vagy köhögéssel!

El lehet kapni a betegséget olyan személytől, akinek nincsenek tünetei?

A betegség terjedése főleg a fertőzött személyek által kiköhögött, kilégezett cseppeken keresztül történik. Annak a kockázata, hogy olyasvalakitől kapjuk el a betegséget, akinek egyáltalán nincsenek tünetei nagyon alacsony. Ugyanakkor, sok betegnél csupán enyhe tünetek

jelentkeznek. Ezért elképzelhető, hogy olyasvalakitől kaphatjuk el a betegséget, akinél csupán enyhe köhögés jelentkezik, és nem érzi betegnek magát.

Mit tegyünk tünetek esetén

A betegség leggyakoribb tünetei

- A leggyakoribb tünetek: a láz, a fáradtság és a száraz köhögés.
- Egyes betegeknél jelentkezhet izomfájdalom, orrdugulás, orrfolyás, torokfájás, hasmenés, légszomj.
- Ezek a tünetek általában enyhék és fokozatosan jelentkeznek.
- **Vannak olyan fertőzöttek, akiknél nem alakul ki semmilyen tünet és nem érzik magukat betegnek.**

Mit tegyen, ha Ön potenciálisan fertőzöttnek érzi magát?

Ha Ön vagy egy Önnel szoros kapcsolatban álló személy fertőzött területen (pl. Észak-Olaszország) járt, vagy Ön akár itt Magyarországon fertőzött személlyel érintkezett és a fenti tünetei jelentkeznek, akkor az első legfontosabb teendők:

- **Maradjon otthon, ne menjen közösségbe!**
- **Kérjük, hogy ne személyesen menjen a háziorvosi rendelőbe, hanem telefonon hívja fel háziorvosát!**
- A háziorvos telefonon fogja kikérdezni Önt.
- **Ha felmerül a koronavírus fertőzés gyanúja, akkor a háziorvos értesíti a mentőket és a mentő kórházba szállítja Önt.**
- **A kórházban minden szükséges vizsgálatot elvégeznek és laborvizsgálatot végeznek, amely kimutatja, hogy koronavírusal fertőzött-e vagy nem.**
- **Ha a laboreredmény megerősíti, hogy Ön koronavírusal-fertőzött, akkor kórházi megfigyelés (karantén) alá kerül. A kezelés attól függ, hogy a betegség mennyire enyhe vagy súlyos lefolyású**

Mennyire lesz valaki súlyos beteg, ha megfertőződik?

Nagyon fontos tudni, hogy ha még meg is fertőződik valaki, a legtöbb esetben - az influenzához hasonló tünetekkel - enyhe lefolyású a betegség.

A legtöbben (nagyjából 80%) bármely speciális kezelés nélkül felépülnek a betegségből. A koronavírus-fertőzés kifejezetten az idős emberekre, krónikus betegekre veszélyes. Rájuk kell legjobban vigyáznunk! Minden 6. fertőzöttből nagyjából 1-nél alakul ki súlyos betegség és légzési nehézség. Azoknál valószínűbb ezeknek a kialakulása, akiknek már olyan meglévő egészségügyi problémáik vannak, mint a magas vérnyomás, szívproblémák, vagy cukorbetegség, valamint az idősebbeknél.

A WHO adatai szerint eddig a fertőzés nagyjából 2%-a volt halálos kimenetelű.

**Kérjük Önöket, hogy további információkért látogassák meg a fentebb megnevezett internetes weboldalak valamelyikét!
Tegyünk mindannyian az egészségünkért!**