

CO MUSISZ WIEDZIEĆ O KORONAWIRUSIE?

Zamieszczamy praktyczne informacje dotyczące koronawirusa, co należy zrobić, gdy masz podstawy sądzić, że możesz być zarażony, lub Twoi bliscy. Tu znajdziesz całodobowe numery telefonów do stacji sanepidu. Zapoznaj się z zaleceniami Ministerstwa Zdrowia. Nowy 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 są zawyżone, gdyż u wielu osób z lekkim przebiegiem zakażenia nie dokonano potwierdzenia laboratoryjnego. Szpitale, dla których Wojewoda Lubuski w drodze decyzji administracyjnej podwyższył stopień gotowości: 105. Kresowy Szpital Wojskowy z Przychodnią SP ZOZ Żary. Szpital Uniwersytecki w Zielonej Górze. Lubuski Szpital Specjalistyczny Pulmonologiczno-Kardiologiczny w Torzymiu Sp. z o.o. Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki w Gorzowie Wlkp. Sp. z o.o. Nowy Szpital w Szprotawie. Szpital Na Wyspie Sp. z o.o. w Żarach

Co zrobić w przypadku podejrzenia wystąpienia koronawirusa? Wizyta w rejonie występowania koronawirusa i zaobserwowane objawy. Osoby, które w ostatnich 14. dni były w rejonie występowania koronawirusa i zaobserwowały u siebie objawy, takie jak: gorączka, kaszel, duszność i problemy z oddychaniem, powinny: bezzwłocznie powiadomić telefonicznie stację sanitarno-epidemiologiczną (numery całodobowych telefonów dyżurnych poniżej) lub zgłosić się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego. Wizyta w rejonie występowania koronawirusa i brak objawów. Osoby, które ostatnich 14 dni były w rejonie występowania koronawirusa i nie zaobserwowały u siebie wyżej wymienionych objawów, powinny: przez kolejne 14 dni kontrolować swój stan zdrowia, czyli codziennie mierzyć temperaturę ciała oraz zwrócić uwagę na występowanie objawów grypopodobnych (złe samopoczucie, bóle mięśniowe, kaszel). Jeżeli po 14 dniach samoobserwacji nie wystąpiły wyżej wymienione objawy, można zakończyć kontrolę. Jeżeli w ciągu 14 dni samoobserwacji zostaną zaobserwowane objawy to: należy bezzwłocznie, telefonicznie powiadomić stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłosić się do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego. Wizyta w rejonie występowania koronawirusa i kontakt z osobą chorą. Osoby, które w ostatnich 14 dniach były w rejonie występowania koronawirusa i miały kontakt z osobą chorą lub zakażoną koronawirusem SARS-CoV-2, powinny bezzwłocznie, telefonicznie powiadomić stację sanitarno-epidemiologiczną. Pacjenci z podejrzeniem wystąpienia koronawirusa nie powinny przychodzić do szpitalnych oddziałów ratunkowych ani do szpitalnych izb przyjęć. Całodobowe telefony dyżurne Wykaz aktualnych telefonów alarmowych, całodobowych Powiatowych Stacji Sanitarno-Epidemiologicznych w województwie lubuskim. Pod podane numery telefonów można dzwonić poza godzinami pracy Stacji Sanitarno-Epidemiologicznych w sytuacjach zagrażających zdrowiu i życiu ludzi wywołanych złym stanem sanitarnym lub epidemiologicznym!!! PSSE Drezdenko - 696 058 234 PSSE Gorzów Wlkp. - 604 175 591 PSSE Krosno Odrzańskie - 601 273 908 PSSE Międzyrzecz - 600 460 628 PSSE Nowa Sól - 504 192 937 PSSE Słubice - 668 857 072 PSSE Sulęcín - 515 291 136 PSSE Świebodzin - 660 452 931 PSSE Zielona Góra - 507 055 962 PSSE Żagań - 509 609 856 PSSE Żary - 696 076 892 Telefon alarmowy, całodobowy Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Gorzowie Wlkp.: 605-584-739 Niezbędne jest także przestrzeganie zasad higieny w tym: częste mycie rąk wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości, np. podczas podróży, ich dezynfekcja środkiem na bazie alkoholu. **PRZECZYTAJ TEŻ KONIECZNIE PRAKTYCZNE INFORMACJE MINISTERSTWA ZDROWIA.** Obserwuj objawy 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 -

zgł6s się bezpořrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego. Kto jest najbardziej narażony? Najbardziej narażone na rozwinięcie ciężkiej postaci choroby i zgon sę 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 kaźdego 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 kraj6w Azji, Europy, Oceanii i Ameryki P6łnocnej i zakaziły (np. w Niemczech, we Francji, w Wielkiej Brytanii) kolejne osoby. **ZALECENIA** Często myj ręce Często myj ręce uźywajęc mydła i wody, a jeśli nie masz do nich dostępu, uźywaj płyn6w/żeli na bazie alkoholu (min. 60%). Dlaczego? Mycie rąk ww. metodami zabija wirusa, jeśli znajduje się on na rękach. Stosuj odpowiednie zasady ochrony podczas kaszlu i kichania Podczas kaszlu i kichania zakryj usta i nos zgięty łokciem lub chusteczkę – natychmiast wyrzuć chusteczkę do zamkniętego kosza i umyj ręce uźywajęc mydła i wody, a jeśli nie masz do nich dostępu – płyn6w/żeli na bazie alkoholu (min. 60%). Dlaczego? Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazk6w i wirus6w. Jeśli kichasz lub kaszlesz w dłonie, moźesz zanieczyścić przedmioty lub dotykane osoby. Zachowaj bezpieczną odległość Zachowaj co najmniej 1 metr odległości między sobę a innymi ludźmi, szczególnie tymi, którzy kaszlę, kichaję i maję goręczkę. Dlaczego? Gdy ktoś zarażony wirusem powodujęc chorobę układowego oddechowego, takę jak COVID-19, kaszle lub kicha, wydalę pod ciřnieniem małe kropelki śliny i śluzu zawierajęce wirusa. Jeśli jesteř zbyt blisko, istnieje ryzyko, że moźesz wdychać wirusa. Unikaj dotykania oczu, nosa i ust Dlaczego? Dłonie dotykaję wielu powierzchni, które mogę być skaźone wirusem. Jeśli dotkniesz oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, moźesz przenieść wirusa z powierzchni na siebie. Jeśli masz goręczkę, kaszel, trudnořci w oddychaniu, zasięgnij pomocy medycznej Jeśli masz goręczkę, kaszel, trudnořci w oddychaniu, zasięgnij pomocy medycznej. Dlaczego? Objawy ze strony układowego oddechowego z towarzyszącę goręczką mogę mieć wiele przyczyn np. wirusowę (wirusy grypy, adenowirusy, rynowirusy, koronawirusy, wirusy paragrypy) czy bakteryjnę (pałeczka *Haemophilus influenzae*, pałeczka krztuřca, chlamydia, mykoplazama). Jeśli masz łagodne objawy ze strony układowego oddechowego i nie podr6żowałeř do Chin Jeśli masz łagodne objawy ze strony układowego oddechowego i nie podr6żowałeř 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 moźliwe. Chroń siebie i innych przed zachorowaniem Podejrzenie zakażenia SARS-Cov-2 jest powięzane: – z podr6żowaniem po obszarze Chin, w którym zgł6szone sę przypadki zakażenia SARS-Cov-2, lub – bliskim kontaktem z kimř, kto podr6żował po Chinach i ma objawy ze strony układowego oddechowego. Zachęcamy do zapoznania się informacjami zamieszczanymi na stronie internetowej Gł6wnego Inspektoratu Sanitarnego, m.in. z „Komunikatem dla podr6żujęcych”, „Zasadami postępowania z osobami podejrzanymi o zakaźenie nowym koronawirusem 2019-nCoV MEDYCZNE” oraz „Zasadami postępowania z osobami podejrzanymi o zakaźenie nowym koronawirusem 2019-nCoV W PODR6ŻY LOTNICZEJ”. Maseczki Nie zaleca się uźywania masek na twarz przez zdrowych ludzi w celu zapobiegania rozprzestrzenianiu się SARS-Cov-2 Noszenie maseczki zasłaniajęc usta i nos moźe pomóc ograniczyć rozprzestrzenianie się niektórych chor6b układowego oddechowego. Jednak stosowanie samej maseczki nie gwarantuje powstrzymania infekcji i powinno być połączone ze stosowaniem innych řrodk6w zapobiegawczych, w tym higienę 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. 800 190 590 - numer infolinii Narodowego Funduszu Zdrowia dotyczącej postępowania w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem ZOBACZ AKTUALNE INFORMACJE NA STRONIE <https://www.gov.pl/web/zdrowie/wiadomosci>