

CE TREBUIE SĂ ȘTIȚI DESPRE NOUL CORONAVIRUS (Covid-19)

10 elemente comportamentale care trebuie urmate:

- 1- Spălați-vă mâinile des;
- 2- Evitați contactul cu persoane care suferă de infecții respiratorii acute;
- 3- Nu vă atingeți ochii, nasul și gura dacă nu aveți mâinile igienizate;
- 4- Acoperiți-vă gura și nasul când strănutați sau tușiți;
- 5- Nu luați medicamente antivirale sau antibiotice decât în cazul în care vă prescrie medicul;
- 6- Curățați toate suprafețele cu dezinfectanți pe bază de clor sau alcool;
- 7- Utilizați masca de protecție doar în cazul în care suspectați că sunteți bolnav sau în cazul în care acordați asistență persoanelor bolnave;
- 8- Produsele sau pachetele primite/fabricate în China nu sunt periculoase;
- 9- Sunați la 112 dacă aveți febră sau tuse și v-ați întors din China sau din zonele în carantina din Europa de cel puțin 14 zile;
- 10.- Animalele de companie nu transmit coronavirus.

1. Spălați-vă mâinile de multe ori spălarea și dezinfectarea mâinilor sunt acțiuni decisive pentru a preveni infecția. Mâinile se spală cu apă și săpun cel puțin 20 de secunde. Dacă nu exista apă și săpun, puteți folosi un dezinfectant pentru mâini pe bază de alcool de 60%. Spălarea mâinilor elimină virusul.
2. Evitați contactul cu persoane care sunt suspecte de infecții respiratorii acute mențineți o distanță de cel puțin 1 metru între dumneavoastră și alte persoane, în special dacă acestea tușesc, strănută sau au febră, deoarece picăturile de salivă pot transmite virusul de la o distanță apropiată.
3. Nu vă atingeți ochii , nasul și gura dacă nu aveți mâinile igienizate virusul poate intra în corp prin ochi, nas și gură, astfel trebuie să evitați atingerea acestora dacă nu v-ați spălat bine mâinile. Virusul se poate lua și de pe suprafețe contaminate.
4. Acoperiți-vă gura și nasul când strănutați sau tușiți. Când strănutați sau tușiți, apropiați gura de partea inferioară a cotului sau folosiți șervețele pe care trebuie să le aruncați imediat la coșul de gunoi. Dacă în momentul în care tușiți vă acoperiți gura cu mâinile, puteți contamina obiecte sau persoane cu care veniți în contact.

5. Nu luați medicamente antivirale sau antibiotice decât în cazul în care vă prescrie medicul. Momentan, nu există cercetări științifice care să evidențieze că folosirea medicamentelor antivirale poate preveni infectarea sau poate trata infecția cu noul coronavirus (Covid-19). Antibioticele funcționează doar împotriva bacteriilor, nu împotriva virusului.

6. Curățați toate suprafețele cu dezinfectanți pe bază de clor sau alcool. Dezinfectanții chimici ce conțin clor, înălbitori, solvent, etanol de 75%, acid paracetic și cloroform pot ucide noul coronavirus de pe suprafețe. Medicul și farmacistul dumneavoastră vor ști ce să recomande.

7. Utilizați mască de protecție doar în cazul în care suspectați că sunteți bolnav sau în cazul în care acordați asistență persoanelor bolnave. Organizația Mondială a Sănătății recomandă folosirea măștii de protecție doar în cazul în care prezentați simptome de tuse și strănut și suspectați că ați fost contaminat cu noul coronavirus sau în cazul în care acordați asistență unei persoane care este suspectă de a fi infectată cu noul coronavirus.

UTILIZAREA MĂȘTII DE PROTECȚIE - ajută și limitează răspândirea virusului dar trebuie să fie folosită împreună cu celelalte măsuri de igienă printre care spălarea mâinilor pentru cel puțin 20 de secunde. Nu este necesar a se folosi măști de protecție suprapuse una peste alta.

8. Produsele sau pachetele primite/fabricate în China nu sunt periculoase. Organizația Mondială a Sănătății a declarat că persoanele care primesc pachete din China nu se supun niciunui risc de a se contamina cu noul coronavirus, deoarece acesta nu trăiește mult timp pe suprafețe. Până în prezent, nu există nicio dovadă că obiectele produse în China pot fi contaminate cu noul coronavirus (Covid-19).

9. Sunați la 112 dacă aveți febră sau tuse și v-ați întors din China sau din zonele în carantina din Europa de cel puțin 14 zile;

Perioada de incubație a noului coronavirus este cuprinsă între 1 și 14 zile. Dacă v-ați întors dintr-o călătorie din China sau din zonele aflate în carantină din Europa de mai puțin de 14 zile sau ați intrat în contact cu persoane care s-au întors din aceste zone de mai puțin de 14 zile și manifestați febră, tuse, dificultate respiratorie, dureri musculare

și stări de oboseală, sunați la 112 pentru a primi informații necesare. Pentru a proteja persoanele din jurul dumneavoastră, purtați mască de protecție, folosiți șervețele de unică folosință și spălați-vă bine mâinile.

10.-Animalele de companie nu transmit coronavirus

În acest moment nu există dovezi că animalele de companie pot fi infectate de virus. În orice caz, trebuie să vă spălați bine mâinile cu apă și săpun după ce ați intrat în contact cu animalele de companie.