

Kedves Kollégák!

Mivel a koronavírus-járvány már Európában is megjelent és elkerülhetetlenül Magyarországon is lesznek megbetegedések, ezért összefoglaltuk a vírus megjelenésével, terjedésével kapcsolatos tudnivalókat. (Forrás: WHO)

A járvány kitörése a fokozottan fertőzőképes COVID-19 variánshoz kapcsolódik, amely állatokban és emberekben egyaránt betegségeket okozhat.

Tünetei:

A COVID-19 leggyakoribb tünetei a láz, fáradtság és száraz köhögés. Néhány betegnél fájdalom és orrdugulás, orrfolyás, torokfájás vagy hasmenés fordulhat elő. Ezek a tünetek általában enyhék és fokozatosan kezdődnek. Néhány embernél megfertőződést követően sem jelentkeznek tünetek és nem is érzik magukat rosszul. A legtöbb ember (kb. 80%) meggyógyul a betegségből anélkül, hogy különleges kezelésre lenne szükség. A COVID-19-et kapó 6 ember közül átlagosan 1 lesz súlyos beteg és alakul ki légzési nehézség. Az idősebb, valamint a magas vérnyomásos, szívbeteg, cukorbeteg, daganatos, vagy más okból immungyenge emberekben nagyobb valószínűséggel alakul ki súlyos megbetegedés. Az eddigi tapasztalatok alapján a betegség kb. 2%-ban halálos.

Terjedése:

A betegség emberről emberre terjedhet az orrból vagy a szájból származó kis cseppekkel, aeroszollal, amelyek akkor terjednek, amikor a COVID-19-es személy köhög vagy tüsszent. Az eddigi tanulmányok azt jelzik, hogy a vírus elsősorban ezzel a cseppfertőzéssel terjed, nem pedig szimplán levegő útján. Ezért fontos, hogy a tartson lázas, köhögő, tüsszögő betegtől 1 méternél nagyobb távolságot. Ezek a cseppek az ember körüli tárgyakra és felületekre is leszállhatnak. El lehet tehát kapni a betegséget azáltal, hogy megérinti ezeket a tárgyakat vagy felületeket, majd megérinti a szemét, orrát vagy száját. Sajnos a COVID-19-ben szenvedő emberek nagy többsége csak enyhe tüneteket észlel magán. Ez különösen igaz a betegség korai szakaszában. Ezért elkapható a fertőzés olyan betegtől, aki csak enyhe köhögéssel rendelkezik és nem érzi magát rosszul.

Védelmi intézkedések:

- **A legfontosabb, hogy aki influenzaszerű tüneteket észlel magán, maradjon otthon és tartson távolságot másoktól, ezzel is védve őket a megfertőződéstől! Amennyiben a betegség tüneteit észlelitek, keressétek fel háziorvosotokat.**
- **Kerüljük a fizikai érintkezést, mint például a kézfogást!**
- Megfelelő higiéniai etikett alkalmazása! A szokásosnál is jobban ügyeljünk a mellékhelyiségek és a konyhák tisztaságára. **Az influenzajárvány ideje alatt a konyhákban naponta cseréljük a konyharuhákat.**
- **A gyakori meleg vizes – szappanos kézmosás jelentősen csökkenti nem csak az influenzával, hanem az egyéb kórokozókval való fertőződés veszélyét is. A mellékhelyiségekben elhelyeztünk kézfertőtlenítőket, kérjük ezek használatát.**
- **Tartsunk zsebkendőt orrunk, szájunk elé köhögéskor, tüsszentéskor!** Tartsunk legalább 1 méter távolságot attól, aki köhög vagy tüsszent. A kezek átvihetik az érintett felületekről a vírusokat, ezért kerüljük a szem, az orr és a száj érintését.
- **Zárt terekben gondoskodjunk a gyakori és alapos szellőztetésről!**
- **Fertőtlenítsük a közös használatú tárgyakat (kilincs, klaviatúra, stb.)!**

Nátha- és influenzaszezon van, ezeknek a betegségeknek pedig a koronavírushoz hasonló tüneteik is lehetnek. Jelenleg minimális annak az esélye, hogy ha valaki köhögést, lázat tapasztal, akkor koronavírussal fertőzött legyen hazánkban. **Azoknak van nagyobb esélye erre, akik nemrég tértek haza Kínából, esetleg a nemrégiben fertőzöttnek minősített európai régiók környékéről vagy kapcsolatba kerülhettek fertőzött személlyel. Krónikus köhögéssel, lázzal és egyéb tünetekkel azonban azonnal orvoshoz kell fordulni!** Célszerűen előbb telefonáljunk és jelezzük azt is, hogy nemrég tértünk haza utazásból!

A járvánnyal kapcsolatos legfrissebb információk elérhetők a WHO és a Nemzeti Népegészségügyi Központ weboldalán. A Nemzeti Népegészségügyi Központ létesített egy ingyenesen hívható zöldszámot is a koronavírussal kapcsolatos lakossági megkeresések gyors és szakszerű megválaszolása érdekében, melyet 0-24 óráig lehet hívni. **A telefonszámok: 06 (80) 277-455 vagy 06 (80) 277-456.**

Üdvözlettel,

Pekori Dóra

munkaügyi és HR koordinációs asszisztens