

Ochrona przed koronawirusem

Czym jest koronawirus?

Nowy koronawirus SARS-Cov-2 wywołuje chorobę o nazwie COVID-19. Choroba najczęściej objawia się gorączką, kaszlem, dusznościami, bólami mięśni, zmęczeniem. Wirus przenosi się drogą kropelkową. Ciężki przebieg choroby obserwuje się u ok. 15-20% osób. Do zgonów dochodzi u 2–3% osób chorych. Najbardziej narażone na rozwinięcie ciężkiej postaci choroby i zgon są osoby starsze, z obniżoną odpornością, którym towarzyszą inne choroby, w szczególności przewlekłe.

Jak ochronić się przed zakażeniem?

Pamiętaj o częstym myciu rąk wodą z mydłem i unikaj dotykania oczu, nosa i ust. Kiedy kaszlesz lub kichasz, zawsze zakrywaj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką. Zachowaj bezpieczną odległość (1–1,5 m) od osoby, która kaszle, kicha lub ma gorączkę.

Podejrzewasz u siebie koronawirusa?

Sprawdź, czy spełniasz 3 warunki, które świadczą o ryzyku:

- w ciągu ostatnich 14 dni przebywałeś na obszarach objętych wirusem bądź miałeś kontakt z osobą zarażoną,
- masz podwyższoną temperaturę,
- kaszlesz i masz duszności.

Masz objawy i wróciłeś z regionu, w którym występuje koronawirus?

Jeśli w ciągu ostatnich 14 dni wróciłeś z kraju, w którym występuje koronawirus i masz takie objawy, jak: **gorączka, kaszel, duszności**, lub miałeś **kontakt z osobą, u której potwierdzono zakażenie**:

- bezzwłocznie powiadom telefonicznie stację sanitarno-epidemiologiczną
[Lista stacji epidemiologicznych](#)

LUB

- zgłoś się do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.
[Lista szpitali zakaźnych](#)

Gdzie do tej pory stwierdzono przypadki zakażenia koronawirusem?

Najwięcej potwierdzonych przypadków zakażenia nowym koronawirusem zarejestrowano w Chinach (99%), głównie w prowincji Hubei, Korei Południowej oraz we Włoszech.

Masz objawy, ale nie byłeś w kraju, w którym występuje koronawirus i nie miałeś kontaktu z osobą zakażoną?

Stosuj podstawowe zasady ochrony, gdy kaszlesz i kichasz, oraz higieny rąk. Pozostań w domu do czasu powrotu do zdrowia.