

ВИ МОЖЕТЕ ЗАХИСТИТИСЯ ВІД COVID-19



Регулярно мийте руки з милом 20–40 секунд



Обмежте близькі контакти з людьми (тримайте дистанцію не менше 1,5 м)



За перших симптомів ГРВІ надягніть маску і зверніться до сімейного лікаря



Під час кашлю прикривайте рот зігнутим ліктем чи одноразовою серветкою



Уживайте продукти лише після ретельної термообробки

Що таке коронавірус SARS-CoV-2 (2019-nCoV)?

Новий коронавірус 2019 року (SARS-CoV-2, або 2019-nCoV) — це новий вірус, який спричиняє розвиток респіраторних захворювань у людей (зокрема гострої респіраторної хвороби COVID-19) та може передаватися від людини до людини. Цей вірус уперше був ідентифікований під час розслідування спалаху в м. Ухань, Китай, у грудні 2019 року.

Симптоми

У людини, інфікованої SARS-CoV-2, розвивається респіраторне захворювання різної тяжкості із такими основними симптомами:

- гарячка;
- кашель;
- задишка (ускладнене дихання).

Симптоми можуть проявитися через 2–14 днів після зараження новим коронавірусом. У багатьох пацієнтів SARS-CoV-2 спричиняє запалення обох легень.

Чи є вакцина?

Наразі немає вакцини для захисту від SARS-CoV-2. Найкращий спосіб запобігти зараженню — уникнути впливу цього вірусу.

Чи є лікування?

Не існує специфічного противірусного лікування від COVID-19. Люди, інфіковані новим коронавірусом, можуть звернутися по медичну допомогу, щоби полегшити симптоми.

Як захиститися від інфікування:

- уникайте близького контакту з тими, хто має гарячку або кашель;
- не торкайтеся обличчя немитими руками;
- часто мийте руки з милом чи обробляйте дезінфекційними засобами;
- ретельно готуйте їжу, зокрема м'ясо і яйця;
- уникайте незахищеного контакту з дикими та свійськими тваринами.

Як запобігти поширенню інфекції:

- якщо відчуваєте симптоми респіраторного захворювання, обмежте контакти з іншими людьми і використовуйте захисну маску для обличчя (її слід регулярно замінювати/знезаражувати);
- якщо ви відвідували країни, де зафіксовано випадки COVID-19, і протягом 2 тижнів після цього у вас виникли симптоми респіраторного захворювання, негайно зверніться по медичну допомогу;
- під час кашлю та чхання прикрийте рот і ніс зігнутих ліктем чи одноразовою серветкою, після чого викиньте серветку та вимийте руки;
- необхідно дезінфікувати поверхні, яких торкалася інфікована людина.

Які алгоритм і тактика ведення контактних осіб?

30 січня 2020 року було отримано рекомендації щодо алгоритму і тактики ведення контактних осіб від Європейського центру з профілактики та контролю захворювань (ЄЦПКЗ).

Згідно з цим алгоритмом, ті особи, які не мали близького контакту з новим коронавірусом, зокрема пасажери, що прибули з епідеміологічно неблагополучних районів, не підлягають спеціальному медичному спостереженню. Їм рекомендовано самостійні нагляд і термометрію протягом 14 днів з моменту останнього можливого контакту з новим коронавірусом. Ці заходи може бути припинено, якщо у них відсутні симптоми ГРВІ.

Якщо температура підвищується, таким особам рекомендовано надягнути захисну маску і звернутися до лікаря.

Згідно з рекомендаціями ВООЗ і ЄЦПКЗ розрізняють два можливі типи контакту:

- високого ризику;

низького ризику.

ЦЕНТР ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я

ЖИТТЯ
Центр громадського здоров'я

**КАРАНТИН ПОСЛАБЛЕНО —
НЕБЕЗПЕКА COVID-19 ЗАЛИШАЄТЬСЯ**

ДОТРИМУЄМОСЯ ПРАВИЛ

3М аби зменшити ризик інфікування COVID-19

Носіть Маску

Мийте руки

ДотриМуйтеся дистанції

МАЙБУТНЄ БЕЗ COVID-19 ЗАЛЕЖИТЬ ВІД КОЖНОГО З НАС!

Детальна інформація www.covid19.gov.ua
Гаряча лінія 0 800 505 840

Людина з безсимптомним перебігом є хворою, у якої явні симптоми не розвинулись. Зазвичай після такого перебігу формується імунітет, як і у людей, що хворіли з вираженими симптомами. Також симптоми можуть бути відсутні в інфікованої людини протягом інкубаційного періоду.

Зараження відбулося і організм почав взаємодіяти з вірусом, але симптоми захворювання ще не встигли розвинути, проте, мають з'явитись пізніше. Зазвичай найбільша здатність поширення збудника в період, коли розвиваються симптоми, або за короткий час до цього. Щоб уникнути прямого контакту із зараженими краплинками, важливо дотримуватись дистанції не менше одного метра від інших людей. Також необхідно прикривати рот паперовою серветкою або зігнутих ліктем, коли ви кашляєте або чхаєте, щоб не наражати на небезпеку інших людей.

Якщо дотримуватись фізичного дистанціювання неможливо, тоді важливим засобом захисту є маска, зокрема тканинна. Інфікована людина може залишати краплинки виділень з вірусом на поверхнях. Щоб уникнути контакту з виділеннями хворої людини через предмети, важливо часто та ретельно мити руки з милом або обробляти їх спиртовмісним

антисептиком. Також важливо обробляти поверхні, до яких часто торкаються.

Можливе повітряне (аерогенне) передавання

Під час виконання деяких медичних процедур (штучної вентиляції легень, інтубації трахеї, бронхоскопії тощо) можуть виділятися у повітря дуже маленькі краплинки виділень (менше 10 мкм в діаметрі). Такі краплинки здатні залишатися підвішеними в повітрі тривалий час.

Тому важливо, щоб весь персонал, який задіяний під час аерозоль-генеруючих процедур одягав респіратори класу захисту не нижче FFP2 і захисні окуляри та/або щитки.

Різниця між інфікованою людиною, у якої ще немає симптомів, і людиною з безсимптомним перебігом

Людина з безсимптомним перебігом є хворою, у якої явні симптоми не розвинулись. Зазвичай після такого перебігу формується імунітет, як і у людей, що хворіли з вираженими симптомами.

Також симптоми можуть бути відсутні у інфікованої людини протягом інкубаційного періоду. Зараження відбулося і організм почав взаємодіяти з вірусом, але симптоми захворювання ще не встигли розвинути, проте, мають з'явитись пізніше.

Зазвичай найбільша здатність поширення збудника в період, коли розвиваються симптоми або за короткий час до цього.

Щоб уникнути прямого контакту із зараженими краплинками, важливо дотримуватись дистанції не менше одного метра від інших людей. Також необхідно прикривати рот паперовою серветкою або зігнутим ліктем, коли ви кашляєте або чхаєте, щоб не наражати на небезпеку інших людей. Якщо дотримуватись фізичного дистанціювання неможливо, тоді важливим засобом захисту є маска, зокрема тканинна.

Інфікована людина може залишати краплинки виділень з вірусом на поверхнях. Щоб уникнути контакту з виділеннями хворої людини через предмети, важливо часто та ретельно мити руки з милом або обробляти їх спиртовмісним антисептиком. ***Також важливо обробляти поверхні, до яких часто торкаються.***

ЯК ПІДГОТУВАТИСЯ ДО ПЛР-ТЕСТУ

Нагадуємо, ПЛР-дослідження показує наявність/відсутність в організмі людини ДНК або РНК вірусу.

Матеріал для дослідження відбирають медичні працівники або представники мобільних медичних бригад. Вони обов'язково повинні бути у засобах індивідуального захисту.

ЯК ПІДГОТУВАТИСЯ ДО ПЛР-ТЕСТУВАННЯ



ЦЕНТР
ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я

ЗДАВАТИ ПЛР-ТЕСТ **НАЙКРАЩЕ ВРАНЦІ**, ОДРАЗУ ПІСЛЯ НІЧНОГО СНУ

НЕ РЕКОМЕНДУЄТЬСЯ

ЗА 6 ГОДИН



вживати лікарські засоби для зрошення ротоглотки



використовувати препарати для розсмоктування

ЗА 3-4 ГОДИНИ



жувати гумку, цукерки



їсти, пити



чистити зуби, полоскати рот/горло



курити

www.phc.org.ua

Завдяки новим дослідженням вчені отримують додаткові дані, які дозволяють краще зрозуміти захворювання COVID-19 (яке викликає вірус SARS-CoV-2) та вдосконалювати заходи боротьби з ним.

ЛЮДИ, ЯКІ НЕ МАЮТЬ СИМПТОМІВ, МОЖУТЬ ПОШИРЮВАТИ ВІРУС SARS-COV-2. Тому важливо, щоб інфіковані люди були виявлені та отримали медичну допомогу - саме з цією метою тестування усіх контактних осіб є обов'язковим.