

COVID-19

(koronavírus)



Mi az a COVID-19 (koronavírus)?

- A koronavírusok egy világszerte gyakran előforduló nagy víruscsalád tagjai
- Ezek a vírusok enyhe tünetektől pl. láztól és köhögéstől kezdve akár súlyosabb egészségi problémákat is okozhatnak, mint pl. tüdőgyulladás, légszomj és légzési nehézségek
- A koronavírust (COVID-19) először 2019. decemberében Kínában, Vuhan városában azonosították
- A vírus mostanra a világ más országaira is áttért
- Az Egyesült Királyság országos tiszti főorvosa a közösségre jelentett kockázatot közepesnek nyilvánította, az egyénekre jelentett kockázat azonban továbbra is alacsony

Hogyan terjed a vírus?

- A vírus leginkább akkor terjed, ha valaki közeli kapcsolatba (2 méteren belül) kerül egy fertőzött személlyel.
- Cseppfertőzéssel terjed, tehát akkor, ha egy fertőzött személy köhög vagy tüsszent.



- Az így kialakult apró cseppek közvetlenül is bekerülhetnek a közelben levő emberek szájába és orrába, vagy belégzéssel a tüdőbe is bejuthatnak.



- Előfordulhat, hogy valaki úgy fertőződik meg, hogy hozzányúl egy fertőzött felülethez vagy tárgyhoz, és utána megérinti a saját száját, orrát, vagy szemét; pl. ha valaki megfog egy kilincset, vagy kezet fog valakivel, és utána hozzáér a saját arcához.

Hogyan védhetem meg magam?

- A nap folyamán rendszeresen moss kezet, minden alkalommal legalább 20 másodpercig vízzel és szappannal, vagy fertőtlenítő géllel, legfőképpen:
 - amikor hazaérsz vagy beérsz az óráidra
 - orrot fújsz, tüsszentesz vagy köhögsz
 - étkezés előtt, vagy mielőtt ételhez nyúlnál
 - WC használatakor
- Mosatlan kézzel ne nyúlj a szemedhez, orrodhoz és szádhoz!
- Ne kerülj közeli kapcsolatba olyanokkal, akik rosszul vannak!



Vimeo-n a közegészségügyi szolgálat által készített “Kézhygiénia videó COVID-19”

A videó megtekinthető itt: <https://vimeo.com/396666812>

Ha köhögsz vagy tüsszentesz



Public Health
Agency



FOGD EL!



DOBD KI!



ÖLD MEG!

A koronavírus tünetei

- Ha elkezded rosszul érezni magad, és **magas lázad van** és/vagy **tartósan köhögysz** :
- Szólj szüleidnek vagy egy munkatársunknak!
- Tájékoztatásért fordulj a közegészségügyi honlaphoz!
- Telefonon hívd fel az orvosodat – ne menj orvoshoz, kórházba, vagy patikába!
- Kövesd az orvos tanácsait, és hét napid maradj otthon!

Mi miben segítünk neked?

- Segítünk megérteni a koronavírust, és hogy hogyan védekezz ellene
- Emlékeztetünk a rendszeres kézmosásra
- A központot tisztán és rendben tartjuk
- A gyakran érintett tárgyakat és felületeket rendszeresen megtisztítjuk és lefertőtlenítjük
- Rendszeresen tájékoztatunk téged és családotat minden változásról, valamint a közegészségügyi szolgálat tanácsairól
- Továbbra is a megszokott módon üzemelünk, egészen addig, amíg ennek ellenkezőjét nem javasolják nekünk
- Ha be kell zárnunk a központot, akkor is segítünk haladni a munkádban/tanulmányaidban

Ha bármilyen aggodalmad van,
beszélj munkatársainkkal!



**KEEP
CALM
AND
WASH
YOUR HANDS**

CSAK NYUGI, ÉS MOSS KEZET!