КОВИД-19
Информације

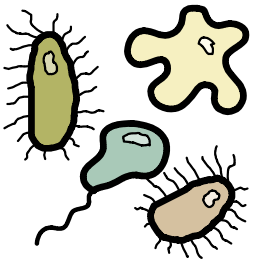
MDRI-S

DISABILITY RIGHTS INTERNATIONAL

USAID
OD AMERIČKOG NARODA

unicef
za svako dete

Шта је коронавирус?



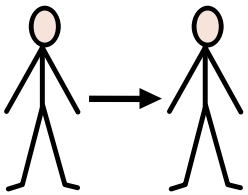
Коронавирус је откривен у Кини крајем 2019.

Ради се о новом вирусу који пре није постојао код људи.

Вирус је ситна честица која може да доведе до тога да се људи или животиње разболе.

Болест узрокована тим вирусом назива се КОВИД-19.

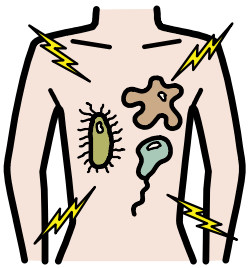
Како се вирус преноси? Колико лако се он шири?



Вирус се сада шири са човека на човека.

Време од када је човек био изложен вирусу па до појаве првих знакова болести назива се инкубација.

Инкубација може да траје до 14 дана.



Људи могу да пренесу вирус на друге људе када имају симтоме.

Симптом је реч која означава било коју промену у телу и знак је неке болести.

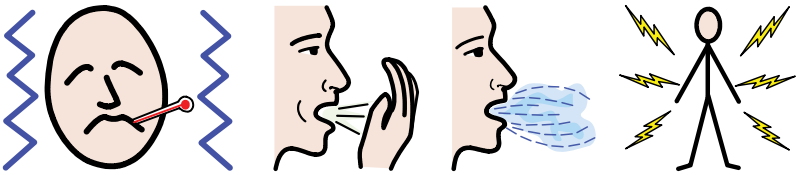
Симптоми за коронавирус су слични као код човека који има грип.

Сматра се да неки људи могу пренети вирус иако немају никакве симптоме.

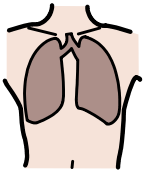
Који су симптоми заразе коронавирусом?

Вирус може узроковати симптоме сличне грипу као што су:

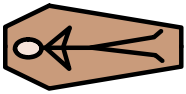
- Повишена температура
- Кашаљ
- Кратак дах
- Болови у мишићима и умор



У тежим случајевима јавља се:



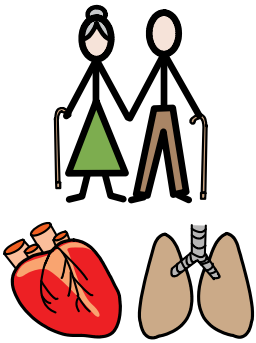
- Упала плућа
- Отежано дисање
- Сепса и септички шок који могу узроковати смрт пацијента.



Неки људи су у већој опасности од заразе од других.

То су:

- Старији људи и
- људи који већ имају неке друге болести попут високог притиска, срчаних болести, дијабетеса, болести јетре и болести дисајних путева.



Да ли постоји лек за болести узроковане коронавирусом?

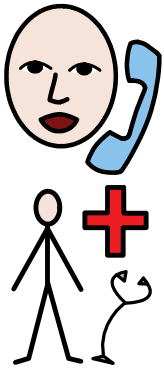
За сада не постоји лек за ову болест.

За сада се лече само симптоми као што је повишена температура.

Шта да урадиш ако си био у блиском контакту са особом оболелом од коронавируса?

Телефоном назови свог лекара или епидемиолога.

Епидемиолог је лекар који проучава заразне болести, како оне настају, како се шире, преносе и како се могу спречити.



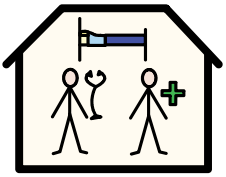
Ако си био у блиском контакту са зараженом особом тада ће те лекари ставити под здравствени надзор у самоизолацију.

Самоизолација значи да обавезно мораш поштовати ова правила:

- Не смеш да излазиш из куће.
- Ако добијеш температуру, кашљеш или тешко дишеш мораш телефоном да позовеш свог изабраног лекара.
- Редовно да переш руке сапуном или средством за суво прање руку.
- Треба редовно да чистиш и бришеш алкохолом предмете и површине у просторијама у којима боравиш.
- Редовно проветравај просторије у којима боравиш.
- Не смеш користити туђу постељину, пешкире и прибор за јело.

Ако се не разболиш до краја здравственог надзора, епидемиолог обавештава надлежне установе да си здрав.

Ако за време здравственог надзора добијеш симптоме болести
тада по тебе долази медицинско возило које те превози до болнице ради лечења.



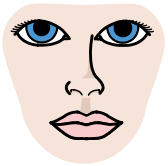
Која су правила за прање руку?

За спречавање ширења болести најважније је да пере ш и дезинфикујеш руке.

Руке треба да пере ш често и темељно сапуном и водом најмање 20 секунди.

Ако нема сапуна и воде можеш да користиш средство за суво прање руку.

Вирус улази у тело кроз очи, нос и уста. Зато их немој дирати неопраним рукама.

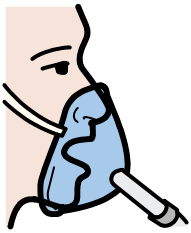


Да ли су хирушке маске добра заштита од коронавируса?

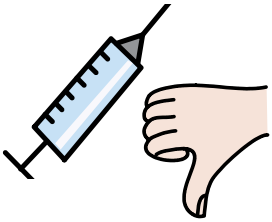
Хирушке маске спречавају ширење заразе са болесних људи на друге.

Здравим људима помажу ако су у контакту са зараженим.

Зато су хирушке маске јако важне за здравствене раднике који лече пацијенте.



Постоји ли вакцина против коронавируса?



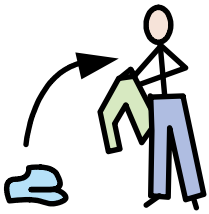
У овом тренутку не постоји вакцина против коронавируса.

Зато је важно спречити инфекцију или њено даље ширење.

Како треба да поступаш са одећом коју носиш изван куће или у самоизолацији?

Још увек нема јасних доказа колико дуго коронавирус живи на површинама.

Према првим информацијама чини се да се на површини може задржати од неколико сати до неколико дана.



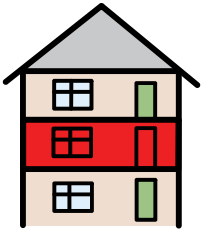
Зато лекари саветују да скинеш обућу након уласка у затворени простор и пресвучеш се у чисту одећу.

Одећу коју си носио немој трести или је проветравати.

Опери је као и иначе, према упутству са етикете.

Након што си дирао ношену одећу обавезно опери руке.

Препоруке за домаћинства, установе и остале затворене просторе

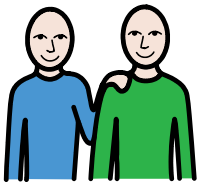


Стан или кућа у којој живимо уз подршку изгледа као и сви други станови.

У стану или кући можемо да живимо сами или заједно са другим људима.

Забрањено је да се људи окупљају у неком затвореном простору у коме не живе.

Људе са којима живимо заједно у истом стану зовемо цимери.

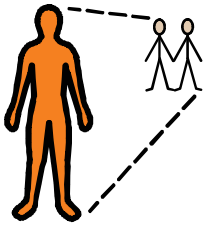


У Србији се спроводе мере против спречавања ширења коронавируса зато је сада посебно важно да се тих мера придржаваш.

Мере је донела Влада Републике Србије.

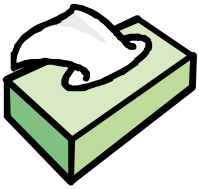
Овде можеш да прочиташ како треба да се понашаш у стану или кући у којој живиш или у установи и осталим затвореним просторима.

- Остани код куће и не излази напоље сем кад мораш.



- Држи се на удаљености од 2 метра од својих цимера. Ако ниси сигуран колика је то удаљеност питај особу која ти пружа подршку.

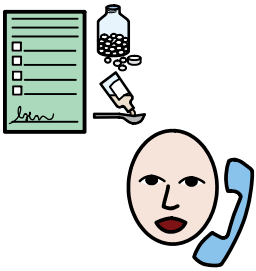
- Ако је неки цимер болестан немој да будеш близу њега.



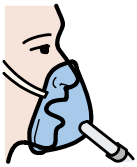
- Кијај и кашљи у савијен лакат или папирнату марамицу. Марамицу одмах баци у канту за отпатке која има поклопац.

- Ако имаш повишену температуру, кашаљ и тешко дишеш позови телефоном свог изабраног лекара или се обрати лекару у установи.

- Ако имаш заказан преглед код лекара или ти је потребан рецепт за лекове које редовно узимаш позови телефоном свог изабраног лекара или се обрати лекару у установи.



- Ако си прехлађен носи заштитну маску да не заразиш друге.



- Често и темељно пери руке.

- Немој да делиш предмете са цимерима.

- Немојте да пијете из исте чаше.

- Свако треба да користи свој пешкир.

- Чаше и тањире опери детерџентом и топлом водом и добро их обриши кухињском крпом.

- Редовно отварај прозоре и проветравај просторије у којима боравиш.

- Чисти редовно свој стан или кућу, усисавај и бриши прашину.

- Уз помоћ особе која ти пружа подршку алкохолом чисти ствари које се често додирују попут:

Квака

Даљинских управљача

Мобилних телефона

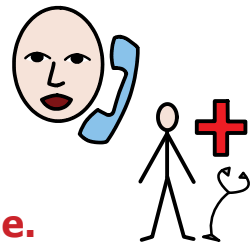
Телефона

и површина стола.

- Очисти wc шкољку, каду и друге површине у купатилу детерџентом и након тога дезинфикуј.

- Истуширај се и пресвуци одећу одмах након чишћења.

Уколико ти је потребан савет епидемиолога у вези са коронавирусом:



можеш позвати телефоном број **19819** сваким даном **од 8 ујутру до 10 увече.**

Сви појмови који су у тексту употребљени у мушком граматичком роду обухватају мушки и женски род лица на која се односе.

Информације које смо прилагодили у лако разумљив облик преузете су са службене странице Министарства Здравља Републике Србије https://covid19.rs/ и службене странице Владе Републике Србије https://www.srbija.gov.rs/specijal/454317

Текст је настао на основу лифлета „Шта је коронавирус и како се заштити од њега" и „Препоруке цивилне заштите за кућанства и остале затворене просторе", Удруге за самозаступање из Хрватске. Захваљујемо се Удрузи за самозаступање што су нам допустили да користимо њихов материјал и прилагодимо га.

За израду брошуре коришћене су слике и симболи
Widgit Symbols and Pictures
copyright Widgit Software 2004-2013, www.widgit.com