

MĂSURI PENTRU LIMITAREA ȘI PREVENIREA INFECȚIEI CU CORONAVIRUS COVID-19

1. Spălați-vă pe mâini de multe ori

*Spălarea și dezinfectarea mâinilor sunt acțiuni decisive pentru a preveni infecția. Mâinile se spală cu apă și săpun cel puțin 20 de secunde. Dacă există apă și săpun, puteți folosi un dezinfectant pentru mâini pe bază de alcool de 60%. **SPĂLAREA MÂINILOR ELIMINĂ VIRUSUL.***

2. Evitați contactul cu persoane care sunt suspecte de infecții respiratorii acute.

Mentineți distanța de cel puțin 1 metru între dumneavoastră și alte persoane, în special când acestea tușesc, strănută sau au febră, deoarece picăturile de salivă pot transmite virusul de la o distanță apropiată.

3. Nu vă atingeți ochii, nasul și gura cu mâinile.

Virusul se transmite mai ales pe cale respiratorie, dar poate intra în corp prin ochi, nas și gură, astfel evitați atingerea dacă nu v-ați spălat bine pe mâini. Mâinile intră în contact cu suprafețele contaminate de virus răspândindu-se în tot corpul.

4. Acoperiți-vă gura și nasul dacă strănutați sau tușiți.

Dacă aveți infecție respiratorie acută, evitați apropierea de alte persoane, tușiți cu gura acoperită sau într-un șervețel de preferat de unică folosință, purtați mască de protecție și spălați mâinile. Dacă în momentul în care tușiți vă acoperiți gura cu mâinile, puteți contamina obiecte sau persoane cu care veniți în contact.

5. Nu luați medicamente antivirale și nici antibiotice decât în cazul în care vă prescrie medicul.

Momentan, nu există cercetări științifice care evidențiază că folosirea medicamentelor antivirale, pot preveni infectarea cu noul corona virus (Covid -19). Antibioticele funcționează doar împotriva bacteriilor, nu împotriva virusului. Covid -19 este un virus, deci nu se utilizează antibiotic ca și metodă de prevenire sau tratament, decât în cazul în care se constată și o infecție bacteriană.

6. Curățați toate suprafețele cu dezinfectant pe bază de clor sau alcool.

Dezinfectanții chimici ce pot ucide noul corona virus (Covid-19), sunt dezinfectanți ce conțin clor, înălbitor, solvent, etanol 75 %, acid paracetic și cloroform. Medicul și farmacistul dumneavoastră vor ști ce să recomande.

7. Utilizați mască de protecție doar în cazul în care suspectați că sunteți bolnav sau în cazul în care acordați asistență persoanelor bolnave.

Organizația Mondială a Sănătății, recomandă folosirea măștii de protecție doar în cazul în care suspectați că ați fost contaminat cu noul corona virus și prezentați simptome de tuse, strănut sau în cazul în care acordați asistență unei persoane care este suspectă de a fi infectată cu noul corona virus.

(Ex – persoane ce au făcut o călătorie recentă în China sau în zonele în carantină din Europa, cu simptome respiratorii)

UTILIZARE MĂȘTII DE PROTECȚIE – ajută și limitează răspândirea virusului dar trebuie să fie folosită cu celelalte măsuri de igienă printre care spălarea mâinilor pentru

cel puțin 20 de secunde. Nu este necesar a se folosi măști de protecții suprapuse una peste alta.

8. Produsele MADE in CHINA sau pachetele primite din China nu sunt periculoase.

Organizația Mondială a Sănătății a declarat că persoanele care primesc pachete din China nu se supun nici unui risc de a se contamina cu noul corona virus, deoarece acesta nu trăiește mult timp pe suprafețe. Până în prezent nu există nici o dovadă că produsele / obiectele provenite din China pot transmite noul corona virus (Covid -19).

9. Sunați la 112 dacă aveți febră, tușiți sau v-ați întors din China sau zonele aflate în carantină din Europa de cel puțin 14 zile.

Perioada de incubație a noului corona virus, este cuprinsă între 1 și 14 zile. Dacă v-ați întors dintr-o călătorie din China sau zonele în carantină din Europa de mai puțin de 14 zile sau ați intrat în contact cu persoane care s-au întors din China sau zonele în carantină din Europa de mai puțin 14 zile și aveți febră, tușiți, prezentați dificultate respiratorie, dureri musculare și stări de oboseală, sunați la 112 pentru a primi informații necesare. Purtați mască de protecție dacă intați în contact cu alte persoane, folosiți șervețele de unică folosință și spălați bine mâinile.

10. Animalele de companie nu transmit corona virus.

În acest moment nu există dovezi că animalele de companie, câini și pisici pot fi infectate de virus. În orice caz, trebuie să ne spălăm tot timpul pe mâini cu apă și săpun după ce intrăm în contact cu animalele de companie.

Cum folosim masca de protecție:

- Înainte de a pune o mască spălați-vă pe mâini cu apă și săpun sau folosiți gel antibacterian pe bază de alcool;
- Acoperiți-vă gura și nasul cu masca și asigurați-vă că nu există decalaje între față și mască;
- Evitați să atingeți masca pe timpul folosirii. Dacă faceți acest lucru, spălați-vă mâinile înainte cu apă și săpun sau gel antibacterian pe bază de alcool;
- Înlocuiți masca cu una nouă dacă aceasta se umezește și nu reutilizați măștile de unică folosință;
- Pentru a scoate masca NU atingeți partea din față a măștii, o puteți da jos din spate. Aruncați imediat masca la coșul de gunoi și spălați-vă pe mâini cu apă și săpun sau gel antibacterian pe bază de alcool.