

**Măsuri generale de prevenire împotriva infectării cu virusul Covid-19 pentru populație:**

- Spălați-vă des pe mâini folosind apă și săpun sau soluție alcoolică de curățat pe mâini;
- Acoperiți-vă gura și nasul cu o mască medicală, batistă sau folosiți cotul flectat atunci când tușiți sau strănutați;
- Spălați-vă pe mâini după aceea și aruncați masca sau batista la coșul de gunoi;
- Evitați contactul personal apropiat cu persoanele ce prezintă febră și tușesc sau strănută și mergeți la medic dacă aveți febră, tușiți sau aveți dificultăți la respirație;
- Dacă vă îmbolnăviți în timp ce călătoriți, cereți ajutor medical cât mai repede și informați personalul sanitar despre istoricul de călătorie;
- Atunci când vizitați piețe unde se comercializează animale vii, evitați contactul direct neprotejat cu animalele vii și cu suprafețele care au fost în contact cu aceste animale;

**Măsuri de prevenire înainte și pe timpul călătoriei cu avionul:****Înainte de plecare**

Evitați să călătoriți dacă aveți febră și tușiți.

Dacă aveți febră, tușiți și aveți dificultăți la respirație, consultați un medic și informați-l despre istoricul călătoriilor.

**În timpul călătoriei cu avionul**

- Evitați contactul apropiat cu persoanele care au febră și tușesc;
- Spălați-vă pe mâini frecvent cu apă și săpun sau cu soluție alcoolică pentru dezinfecția mâinilor;
- Evitați să vă atingeți ochii, nasul sau gura;
- Atunci când tușiți sau strănutați acoperiți-vă gura și nasul cu cotul flectat sau cu o batistă – aruncați batista imediat și spălați-vă pe mâini;
- Dacă alegeți să purtați o mască de față, asigurați-vă că aveți nasul și gura acoperite. Evitați atingerea măștii după ce ați pus-o pe față, aruncați imediat măștile de unică folosință după fiecare utilizare și spălați-vă pe mâini după îndepărtarea măștii;
- Dacă vă îmbolnăviți în timp ce călătoriți, vă rugăm să informați echipajul avionului și să cereți ajutor medical cât mai repede;
- Dacă cereți ajutor medical vă rugăm să informați personalul medical despre istoricul călătoriei;
- Dacă aveți febră, tușiți și aveți dificultate la respirație, cereți ajutor medical cât mai curând și informați personalul medical despre istoricul călătoriilor ;
- Evitați să scuipați.

## **Măsuri de prevenire înainte și pe timpul călătoriei cu trenul:**

### **Înainte de plecare**

Evitați să călătoriți dacă aveți febră și tușiți.

Dacă aveți febră, tușiți și aveți dificultăți la respirație, consultați un medic și informați-l despre istoricul călătoriilor.

### **În timpul călătoriei cu trenul**

- Evitați contactul apropiat cu persoanele care au febră și tușesc;
- Spălați-vă pe mâini frecvent cu apă și săpun sau cu soluție alcoolică pentru dezinfectia mâinilor;
- Evitați să vă atingeți ochii, nasul sau gura;
- Atunci când tușiți sau strănutați acoperiți-vă gura și nasul cu cotul îndoit sau cu o batistă – aruncați batista imediat și spălați-vă pe mâini .Dacă alegeți să purtați o mască de față, asigurați-vă că aveți nasul și gura acoperite. Evitați atingerea măștii după ce ați pus-o pe față, aruncați imediat măștile de unică folosință după fiecare utilizare și spălați-vă pe mâini după îndepărtarea măștii;
- Evitați să călătoriți cu animale. Evitați contactul cu acestea;
- Mâncați doar alimente bine preparate termic ;
- Dacă vă îmbolnăviți în timp ce călătoriți, vă rugăm să informați însoțitorul de tren și să cereți ajutor medical cât mai repede;
- Dacă cereți ajutor medical vă rugăm să informați personalul medical despre istoricul călătoriei;
- Dacă aveți febră, tușiți și aveți dificultate în a respira cereți ajutor medical cât mai curând și informați personalul medical despre istoricul călătoriilor;
- Evitați să scuipați.

În ceea ce privește coletele comandate din China, având în vedere rezistența redusă a coronavirusurilor în mediu, ele fiind virusuri fragile, se presupune că, și în cazul noului coronavirus, este foarte puțin probabilă transmiterea prin intermediul coletelor internaționale (via avion sau pe cale navală), ținând cont de timpul lung de procesare și transport.

Atât Organizația Mondială a Sănătății cât și Centrul pentru Controlul Bolilor Atlanta nu recomandă impunerea de măsuri suplimentare în cazul primirii coletelor din China sau zonele de risc.



# CORONAVIRUS

## 10 reguli de urmat:



**Spală-te des pe mâini**



**Evitați contactul cu oamenii care suferă de Infecții respiratorii acute**



**Nu vă atingeți ochii, nasul, gura, dacă nu aveți mâinile igienizate**



**Acoperiți-vă nasul și gura când strănutați sau tușiți**



**Nu luați medicamente antivirale sau antibiotice fără prescripția medicului**



**Curățați suprafețele cu dezinfectanți pe bază de clor sau alcool**



**Folosiți masca de protecție numai dacă suspectați că sunteți răcit sau sunteți în apropierea oamenilor bolnavi**



**Pachetele și produsele fabricate/primate din China nu sunt periculoase**



**Animalele de companie nu răspândesc acest nou tip de virus**



**Apelați 112 dacă aveți febră sau tuse și ați călătorit în țări cu cazuri confirmate de persoane infectate cu coronavirus. Specificați acest lucru dispecerului**



**La acest moment, în România, nu sunt înregistrate cazuri de persoane infectate cu noul tip de virus. Măsurile de mai sus au caracter preventiv**





# Q&A Coronavirus



## **Ce este coronavirusul?**

Coronavirusurile fac parte dintr-o familie numeroasă de viruși, găsiți atât la animale cât și la oameni. Acest virus infectează omul, cauzând diverse boli, de la răceală comună la boli respiratorii severe, precum Sindromul Respirator din Orientul Mijlociu (MERS) și Sindromul Respirator Acut Sever (SARS)

## **Descriere Coronavirus**

“Noul” coronavirus (CoV) este o nouă tulpină de coronavirus care nu a fost identificată anterior la om. Acest nou tip de coronavirus, numit 2019-nCoV, nu a fost detectat anterior, înainte ca focarul să fie raportat în Wuhan, China, în decembrie 2019

## **Este noul tip de virus identic cu Sindromul Respirator Acut Sever?**

Nu. 2019-nCoV provine din aceeași familie de viruși ca SARS (Sindromul Respirator Acut Sever), dar nu este același virus

## **Cât de periculos este?**

Ca și în cazul altor boli respiratorii, infecția cu 2019-nCoV poate provoca simptome ușoare, inclusiv scurgeri nazale, dureri în gât, tuse și febră. Se poate manifesta mai sever în cazul unor persoane și poate duce la pneumonie sau dificultăți de respirație. Persoanele în vârstă, cei cu afecțiuni medicale (diabet, inimă) sunt mai vulnerabile.





# Q&A

## Coronavirus



**Care este diferența dintre boala cauzată de 2019-nCoV și o răceală/gripă?**

Persoanele infectate cu 2019-nCoV sau persoanele răcite sau gripate, dezvoltă de obicei simptome respiratorii precum tusea, febra, secreții nazale. Chiar dacă multe dintre simptome sunt asemănătoare, acestea sunt cauzate de viruși diferiți. Este dificil să se identifice boala doar pe baza simptomelor. De aceea testele de laborator sunt necesare pentru a confirma dacă cineva este infectat cu acest nou tip de virus.

**Cât este perioada de incubație a virusului?**

Perioada de incubație este perioada dintre momentul infectării și debutul simptomelor clinice ale bolii. Estimările curente ale perioadei de incubație variază între 1-12.5 zile, cu estimări mediane de 5-6 zile. Aceste estimări vor fi perfecționate pe măsură ce vor fi disponibile mai multe date.

**Se poate ca 2019-nCoV să fie contractat de la o persoană infectată, dar care nu prezintă simptome?**

Conform rapoartelor recente este posibil ca persoanele infectate să fie infecțioase înainte de a prezenta simptome semnificative. Pe baza datelor disponibile în prezent, persoanele care prezintă simptome cauzează răspândirea nCoV





# Q&A

## Coronavirus



### **Cine este predispus la complicații severe ale bolii?**

Deși trebuie investigat mai amănunțit modul în care 2019-nCoV afectează oamenii, până acum persoanele vârstnice și cele care prezintă afecțiuni medicale preexistente (diabet, boli de inimă) par să fie mai expuse riscului de a dezvolta boli severe

### **Cum se răspândește virusul?**

Noul Coronavirus este un virus respirator care se răspândește în primul rând prin contactul cu o persoană infectată prin inhalarea unor particule provenite din tuse, strănut, picături de salivă, secreții nazale. Este importantă exersarea unei igiene respiratorii bune. De exemplu, când strănutați sau tușiți, apropiați gura de partea inferioară a cotului sau folosiți șervețele pe care aruncați-le imediat la coșul de gunoi. Spălați-vă cât mai des pe mâini și folosiți geluri antibacteriene pe bază de alcool.

### **Cât rezistă virusul pe suprafețele exterioare?**

Nu se știe exact cât poate rezista virusul pe suprafețele exterioare, deși informațiile preliminare sugerează cu 2019-nCoV poate supraviețui câteva ore sau chiar mai mult. Dezinfecții pe bază de clor, alcool, pot ucide virusul.





# Q&A

## Coronavirus



**Pot lua virusul de la animalul meu de companie?**



Nu. În prezent nu există dovezi care să confirme faptul că animalele de companie, cum ar fi pisicile, câinii pot transmite acest virus oamenilor

**Se poate transmite 2019-nCoV de la om la om?**



Da. 2019-nCov provoacă boli respiratorii și poate fi transmis de la o persoană la alta, de obicei după un contact strâns cu o persoană infectată

**Cine poate contracta acest tip de virus?**



Persoanele care trăiesc sau călătoresc într-o zonă în care circulă virusul 2019-nCoV pot prezenta risc de infecție.

Asistenții medicali care îngrijesc persoanele bolnave prezintă un risc mai mare și trebuie să se protejeze apelând la proceduri adecvate de prevenire și control al infecțiilor





Cum folosim masca de protecție?

# Coronavirus



1. Înainte de a pune o mască, spălați-vă pe mâini cu săpun și apă sau folosiți gel antibacterian pe bază de alcool;
2. Acoperiți-vă gura și nasul cu masca și asigurați-vă ca nu există decalaje între față și mască;
3. 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.
4. Înlocuiți masca cu una nouă dacă aceasta se umezește și nu reutilizați măștile de unică folosință;
5. 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 cu gel antibacterian pe bază de alcool.