

26 lutego 2020



Wytyczne Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektora Sanitarnego w związku z występującymi na świecie przypadkami zakażeń koronawirusem

W związku z pojawiającymi się na świecie przypadkami zachorowań związanymi z zakażeniem koronawirusem, publikujemy najnowsze wytyczne Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektora Sanitarnego.

Osoby, które w ciągu ostatnich 14 dni były w krajach o podwyższonym stopniu **zagrożenia epidemiologicznego: Chiny, Korea Południowa, Włochy (w szczególności region Lombardia, Wenecja Euganejska, Piemont, Emilia Romagna), Iran, Japonia, Tajlandia, Wietnam, Singapur i Tajwan** lub miały kontakt z osobą, która była w tym czasie w tych rejonach a jednocześnie zauważyły u siebie takie objawy jak:

- gorączka ponad 38 st. C oraz kaszel i duszność

powinny zgłosić się do szpitalnego oddziału chorób zakaźnych, najbliższego ich miejsca zamieszkania.

Główny Inspektorat Sanitarny odradza podróże do wymienionych wyżej obszarów.

Oddziały chorób zakaźnych w Województwie Świętokrzyskim:

- **Kielce, Wojewódzki Szpital Zespolony, ul. Radiowa 7, 25-317 Kielce**
- **Starachowice, PZOZ, ul. Radomska 70, 27-200 Starachowice**
- **Busko-Zdrój, ZOZ w Busku-Zdroju, ul. Bohaterów Warszawy 67, 28-100 Busko- Zdrój**

Podstawowe informacje o koronawirusie:

Nowy koronawirus SARS-Cov-2 wywołuje chorobę o nazwie COVID-19.

Choroba objawia się najczęściej gorączką, kaszlem, dusznościami, bólami mięśni, zmęczeniem. Ciężki przebieg choroby obserwuje się u ok.15-20% osób.

Do zgonów dochodzi u 2-3% osób chorych. Prawdopodobnie dane te są zawyżone, gdyż u wielu osób z lekkim przebiegiem zakażenia nie dokonano potwierdzenia laboratoryjnego.

Najbardziej narażone na rozwinięcie ciężkiej postaci choroby i zgon, są osoby starsze, z obniżoną odpornością, którym towarzyszą inne choroby, w szczególności przewlekłe. Najwięcej potwierdzonych przypadków zakażenia nowym koronawirusem zarejestrowano w Chinach (99%), głównie w prowincji Hubei. Pozostałe osoby „zawlekły” wirusa do innych krajów Azji, Europy, Oceanii, Ameryki Północnej i zakaziły (np. w Niemczech, we Francji, w Wielkiej Brytanii) kolejne osoby.

Wirus przenosi się drogą kropelkową. Aktualnie nie ma szczepionki przeciw nowemu koronawirusowi. Można natomiast stosować inne metody zapobiegania zakażeniu, zaprezentowane poniżej. Metody te stosuje się również w przypadku zapobiegania innym chorobom przenoszonym drogą kropelkową np. grypie sezonowej (w przypadku której, szczyt zachorowań przypada w okresie od stycznia do marca każdego roku).

ZALECENIA

Często myj ręce

Często myj ręce używając mydła i wody, a jeśli nie masz do nich dostępu, używaj płynów/żeli

na bazie alkoholu (min. 60%).

Dlaczego? Mycie rąk ww. metodami zabija wirusa, jeśli znajduje się on na rękach.

Stosuj odpowiednie zasady ochrony podczas kaszlu i kichania

Podczas kaszlu i kichania zakryj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką - natychmiast wyrzuć chusteczkę do zamkniętego kosza i umyj ręce używając mydła i wody, a jeśli nie masz do nich dostępu - płynów/żeli na bazie alkoholu (min. 60%).

Dlaczego? Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazków i wirusów. Jeśli kichasz lub kaszlesz w dłonie, możesz zanieczyścić przedmioty lub dotykane osoby.

Zachowaj bezpieczną odległość

Zachowaj co najmniej 1 metr odległości między sobą a innymi ludźmi, szczególnie tymi, którzy kaszlą, kichają i mają gorączkę.

Dlaczego? Gdy ktoś zarażony wirusem powodującym chorobę układu oddechowego, taką jak COVID-19, kaszle lub kicha, wydalą pod ciśnieniem małe kropelki śliny i śluzu zawierające wirusa. Jeśli jesteś zbyt blisko, istnieje ryzyko, że możesz wdychać wirusa.

Unikaj dotykania oczu, nosa i ust

Dlaczego? Dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być skażone wirusem. Jeśli dotkniesz oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, możesz przenieść wirusa z powierzchni na siebie.

Jeśli masz gorączkę, kaszel, trudności w oddychaniu, zasięgnij pomocy medycznej

Jeśli masz gorączkę, kaszel, trudności w oddychaniu, zasięgnij pomocy medycznej zgodnie z informacją zamieszczoną na stronie Ministerstwa Zdrowia <https://www.gov.pl/web/zdrowie>

Dlaczego? Objawy ze strony układu oddechowego z towarzyszącą gorączką mogą mieć wiele przyczyn np. wirusową (wirusy grypy, adenowirusy, rynowirusy, koronawirusy, wirusy paragrypy) czy bakteryjną (pałeczka *Haemophilus influenzae*, pałeczka krztuśca, chlamydia, mykoplazama).

Jeśli masz łagodne objawy ze strony układu oddechowego i nie podróżowałeś do krajów o podwyższonym stopniu zagrożenia epidemiologicznego

Jeśli masz łagodne objawy ze strony układu oddechowego i nie podróżowałaś do Chin, pamiętaj o stosowaniu podstawowych zasad ochrony podczas kaszlu, kichania oraz higieny rąk i pozostań w domu do czasu powrotu do zdrowia, jeśli to możliwe.

Chroń siebie i innych przed zachorowaniem

Nie zaleca się używania masek na twarz przez zdrowych ludzi w celu zapobieżenia rozprzestrzenianiu się koronawirusa SARS-Cov-2

Noszenie maseczki zasłaniającej usta i nos może pomóc ograniczyć rozprzestrzenianie się niektórych chorób układu oddechowego. Jednak stosowanie samej maseczki nie gwarantuje powstrzymania infekcji i powinno być połączone ze stosowaniem innych środków zapobiegawczych, w tym higieną rąk i zasadami ochrony podczas kaszlu czy kichania (patrz wyżej) oraz unikaniem bliskiego kontaktu z innymi ludźmi (co najmniej 1 metr odległości).

Światowa Organizacja Zdrowia doradza racjonalne stosowanie maseczek.

Używaj maseczek tylko wtedy, gdy masz objawy ze strony układu oddechowego (kaszel lub kichanie), podejrzewasz u siebie infekcję SARS-Cov-2 przebiegającą z łagodnymi objawami lub opiekujesz się osobą z podejrzeniem infekcji koronawirusem SARS-Cov-2.

Podejrzenie zakażenia **koronawirusem SARS-Cov-2** jest powiązane:

- z podróżowaniem po obszarach krajów, w których zgłoszono przypadki zakażenia koronawirusem, lub
- bliskim kontaktem z kimś, kto podróżował po tych obszarach i ma objawy ze strony układu oddechowego.

Europejskie Centrum Zapobiegania i Kontroli Chorób (ECDC) ocenia, iż **ryzyko zakażenia koronawirusem SARS-CoV-2 dla obywateli UE/EOG i Wielkiej Brytanii przebywających w Europie jest obecnie niskie.**

Zachęcamy do zapoznania się z informacjami zamieszczanymi na stronie internetowej Głównego Inspektoratu Sanitarnego pod adresem www.gis.gov.pl, m.in. „Komunikat dla podróżujących”, „Zasady postępowania epidemiologicznego i medycznego w związku z ryzykiem zawleczenia na obszar Polski nowego koronawirusa (SARS-CoV-2)” oraz „Zasady postępowania w PODRÓŻY LOTNICZEJ oraz w portach lotniczych w związku z ryzykiem zawleczenia na obszar Polski nowego

Wytyczne Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektora Sanitarnego
w związku z występującymi na świecie przypadkami zakażeń
koronawirusem | 5

koronawirusa (SARS-CoV-2)”.
Zachęcamy również do odwiedzania strony **Głównego Inspektoratu Sanitarnego** na Facebooku, gdzie zamieszczane są najnowsze informacje.