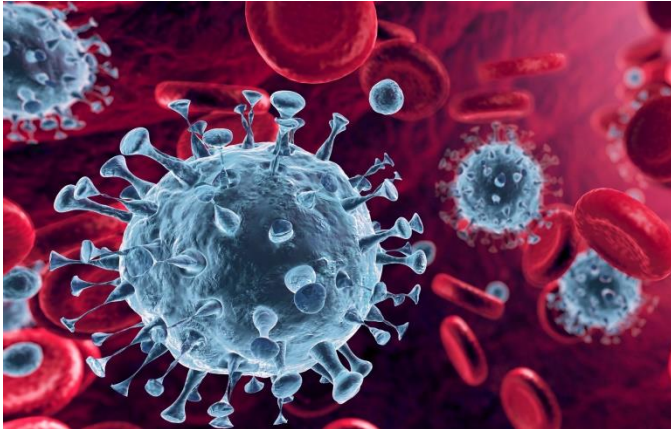


A koronavírusról (COVID-19)



A koronavírusokat az 1960-as évektől ismerjük - nevüket az elektronmikroszkóppal látható, koronára emlékeztető, felszíni kitüremkedéseik alapján kapták és alapvetően az állatoknál fordulnak elő. A kórokozóként ismert koronavírusok mind állatról emberre, mind emberről emberre terjedhetnek. Azt az új koronavírusot amely mára világszerte megbetegedéseket okoz, Kínában azonosították 2019 végén. Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) javaslatára az általa okozott betegséget COVID-19-nek (COVID: coronavirus disease - koronavírus okozta megbetegedés 2019) nevezik.

A vírus leginkább **cseppfertőzéssel terjed**: köhögéssel, tüsszentéssel, kilégzéssel kerül a környezetbe, majd a közelben tartózkodó másik emberre. Ezen kívül a fertőzött felületek és tárgyak megérintésével a vírus a kézre kerülhet, ami aztán az archoz, szájhoz, orrhoz érintve bejuthat a szervezetbe. Egyelőre nem ismert, hogy pontosan mennyi ideig marad fertőzőképes a vírus a felületeken, annyi azonban bizonyos, hogy az egyszerű fertőtlenítőszeresek is elpusztítják. Lappangási ideje 2-12 nap, átlagosan 5 nap. Minden valószínűség szerint a fertőzött személy már a lappangási idő alatt is képes tovább fertőzni.

A fertőzés tünetei

Az újfajta koronavírus okozta megbetegedés **leggyakrabban enyhe tünetekkel jár, láz, köhögés, légszomj, izomfájdalom és fáradékonyság** jelentkezhetnek. Ritkábban súlyos kórforma alakulhat ki, ami **tüdőgyulladással, heveny légzési elégtelenséggel**, vagy keringési vagy több szervi elégtelenséggel járhat. Azoknál a betegeknél, jellemzően időseknél alakul ki gyakrabban súlyos, akár életveszélyes állapot, akik valamilyen krónikus alapbetegségben (magas vérnyomás, szív- és érrendszeri betegség, cukorbetegség, májbetegség, légzőszervi betegség, daganatos betegség) szenvednek.

A fertőzés kezelési módja

Jelenleg nincs speciális kezelési módot, gyógyszert nem ismerünk. Enyhe esetekben a panaszok csillapítása a cél, míg súlyos állapotú betegnél az immunrendszert, légzést,

keringést támogató kezeléseket alkalmaznak (oxigénterápia, folyadékegyensúly helyreállítása, szükség esetén légzéstámogatás)

Mikor merül fel az új koronavírus fertőzés gyanúja? Mi a teendő?

Ha Ön vagy családtagja hirtelen belázasodik, köhög vagy nehezebben lélegzik, **és** az elmúlt 14 nap folyamán olyan területen, országban járt, ahol terjed az új koronavírus vagy esetleg arról van tudomása, hogy új koronavírusal igazoltan fertőzött személlyel érintkezett, akkor mielőbb **hívja fel telefonon háziorvosát vagy a háziorvosi ügyeletet**. Mondja el háziorvosának a tüneteket és azt, hogy az elmúlt időszakban pontosan hol járt külföldön vagy azt, hogy hol és mikor találkozhatott olyan személlyel, aki igazoltan új koronavírusal fertőződött. Indokolt esetben az orvos a kijelölt egészségügyi intézménybe utalja anélkül, hogy a betegnek meg kellene jelennie a háziorvosi rendelőben. Ez segít megelőzni a fertőzések terjedését is. Feltétlenül kövesse az orvos útmutatásait, és működjön együtt a népegészségügyi hatósággal.

Amennyiben nem lázas, nem köhög, de az elmúlt 14 nap folyamán olyan területen, országban járt, ahol terjed az új koronavírus, akkor javasolt, hogy az utazást követő 14 napban figyelje magán a tünetek esetleges jelentkezését. Csak akkor hívja háziorvosát, ha tünete jelentkezik. Ne akarjon tesztet elvégeztetni új koronavírus kimutatása céljából, amennyiben nincs tünete!

Ha a környezetében tud olyan emberről – legyen magyar vagy külföldi állampolgár –, akinél hirtelen láz, köhögés vagy nehezebb lélegzés jelentkezett és az elmúlt 14 nap folyamán olyan területen, országban járt, ahol terjed az új koronavírus, lehetőleg kerülje vele a személyes találkozást, érintkezést. Kérje meg őt, hogy maradjon otthon, ne menjen közösségbe, és telefonon értesítse a háziorvost vagy a háziorvosi ügyeletet, valamint működjön együtt a népegészségügyi hatósággal.

Mit tehet az új koronavírus okozta fertőzés megelőzése érdekében?

A fertőződés kockázata csökkenthető kellő körültekintéssel, néhány egyszerű higiéniai szabály pontos betartásával (gyakori és alapos kézmosás, fertőzött személyekkel való érintkezés elkerülése, nyers vagy ismeretlen eredetű hús – és tejtermékek fogyasztásának mellőzése).

- Rendszeresen és alaposan mossa meg kezét vízzel és szappannal és/vagy dörzsölje be kezeit a gyógyszerháztól és a drogériákból beszerezhető alkoholos kézfertőtlenítőszerrel. Az alábbi esetekben különösen fontos az alapos kézmosás (vagy kézfertőtlenítés):
 - munkahelyre, oktatási-nevelési intézménybe vagy otthonába való megérkezés után,
 - tömegközlekedéssel történő utazás után,
 - ételkészítés előtt, étkezés előtt és
 - a WC használata után

- papírzsebkendő használata után (köhögés, tüsszentés, orrfújás esetén)
- szennyezett felületek érintése után
- Alkoholos **kézfertőtlenítőszer rendszeres használata** javasolt kézzel gyakran érintett felületek érintését követően pl. kilincsek, kapcsolók, korlátok, nyomógombok
- **Kerülje a szemek, az orr és a száj érintését.** A kezünk számos felülettel, tárggyal érintkezik a mindennapi tevékenységeink során, így szennyeződhet a felületeken, tárgyakon esetleg jelenlévő kórokozókkal. A szennyezett kézzel a szem, a száj vagy az orr érintése esetén a kórokozók – köztük az új koronavírus is – a szervezetbe kerülhetnek és megfertőződhetünk velük. Mások arcához se érjen.
- Tartson legalább 2 méter távolságot az olyan személytől, aki köhög vagy tüsszög. Köhögéskor vagy tüsszentéskor apró nyál-, illetve légúti cseppek kerülnek a környezetbe, amelyek kórokozót tartalmazhatnak. Ha túl közel vagyunk, akkor az arcunkra (orrunkra, szájunkra, szemünkre) kerülhetnek ezek a cseppek, vagy akár be is lélegezhetjük őket.
- **Az egészségügyi védőmaszk** arra való, hogy a fertőző beteg viselje, ezzel megóvva a környezetét a cseppfertőzéssel átadható kórokozóktól. Az egészséges, légúti tüneteket nem mutató embernek nem javasolt orr-szájmaszkot viselnie. Csak akkor vegyen fel maszkot, ha beteg, légúti tünetei vannak (pl. köhögés), vagy fertőzött beteget ápol.
- **A köhögési, tüsszentési etikett betartásával megvédhetjük** a körülöttünk lévő embereket a cseppfertőzéssel terjedő kórokozóktól, így az új koronavírustól is. Amikor köhög vagy tüsszent, takarja el a száját és orrát egy papírzsebkendővel. Azonnal dobja ki a használt papírzsebkendőt, majd alaposan mossa meg kezét vízzel és szappannal (vagy dörzsölje be alkoholos kézfertőtlenítővel). Amennyiben nincs önnél sem zsebkendő sem egyéb, amit a szája/orra elé tud tenni, akkor se a kezébe, hanem inkább a felemelt könyökhajlatába tüsszentsen.
- Célszerű a gyakran érintett felületeket egyszer használatos fertőtlenítő hatású törölkendővel rendszeresen megtisztítani
- Ha köhög, tüsszög, hőemelkedése van, ne menjen közösségbe!

Hasznos információk:

www.facebook.com/koronavirus.gov.hu, Tel: 06-80-277-455/ 06-80-277-456

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

<https://www.nnk.gov.hu/index.php/lakossagi-tajekoztatok/koronavirus>

Az összefoglaló a fenti, hivatalos tájékoztatások alapján készült 2020.03.10.-n