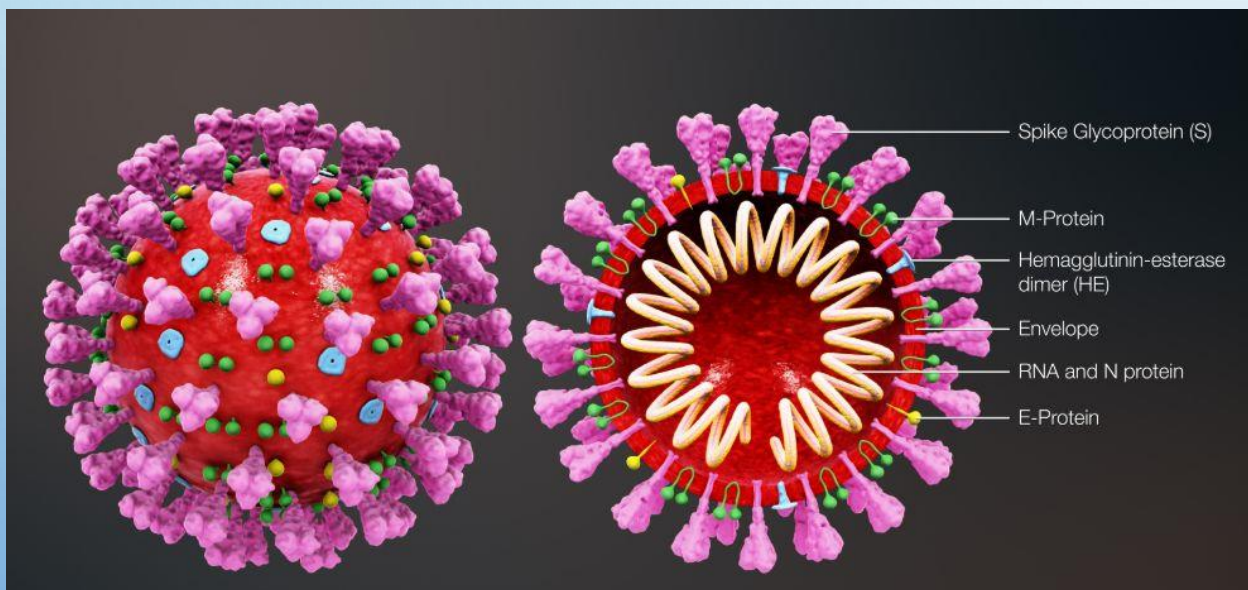


KORONAVÍRUS

TÁJÉKOZTATÓ



Készült: Szeged, Csongrád Megyei Rendőr-főkapitányság, 2020. 03. 10.

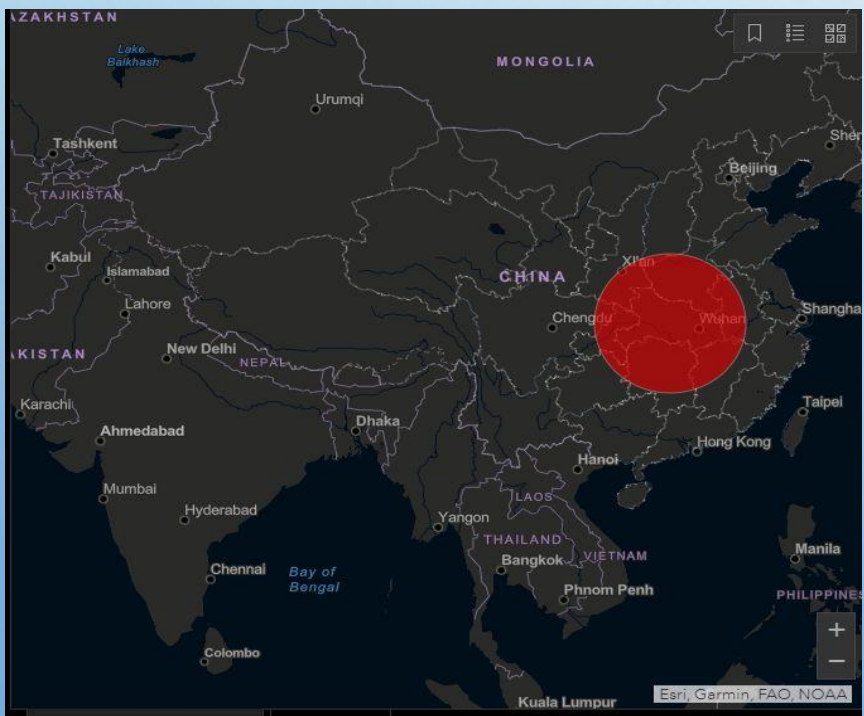
MIT KELL TUDNI AZ ÚJFAJTA KORONAVÍRUSRÓL?

- **A koronavírusok alapvetően állatok körében fordulnak elő, de egyes koronavírus törzsek képesek az emberben is fertőzést okozni.** A koronavírusok mind állatról emberre, mind emberről emberre terjedhetnek.
- 2002-ben a Kínából kiinduló, súlyos akut légzőszervi szindróma járványát okozó koronavírus a denevérről cibetmacskák közvetítésével terjedt át emberre, 2012-ben pedig az Arab-félszigetről induló közel-keleti légzőszervi szindróma járványát okozó koronavírus elsődleges forrása a teve volt.



Az új koronavírus által okozott betegség neve a **COVID-19**. *Coronavirus disease = koronavírus megbetegedés 2019*

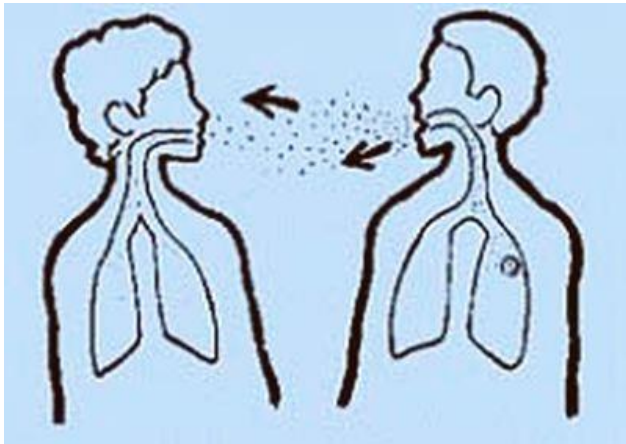
- * Ez a járvány a kínai Hubei tartományból, Wuhanból indult **2019. decemberében**.
- * Az első megbetegedések észlelésekor először a wuhani halpiaccal való kapcsolat merült fel, majd az állatokból és emberekből vett koronavírus minták genetikai összehasonlításakor a tobzoskát azonosították közbenső gazdaszervezetként.



HOGYAN TERJED AZ ÚJ KORONAVÍRUS?

Leginkább cseppfertőzéssel terjed: **köhögéssel, tüsszentéssel, kilégzéssel kerül a környezetbe**, majd a cseppek, aeroszolok belélegzésével a közelben tartózkodó másik emberre.

Fertőzött felületek és tárgyak megérintésével a vírus a kézre kerülhet, az arc, száj és orr érintésével bejuthat a szervezetbe.



Egyelőre nem ismert, hogy pontosan mennyi ideig marad fertőzőképes a vírus a különböző felületeken, annyi azonban bizonyos, hogy az egyszerű fertőtlenítőszeres elpusztítják.

A MEGBETEGEDÉS TÜNETEI

- **Láz, száraz köhögés, izomfájdalom és fáradékonyság és légszomj** jelentkezhetnek, hasonlóan az influenza, vagy más légúti betegségekhez.
- Ritkábban súlyos kórforma alakulhat ki, amely tüdőgyulladással, heveny légzési elégtelenséggel, vagy akár szepszissel (vérmérgezés), keringési vagy több szervi elégtelenséggel járhat.
- Azoknál a betegeknél 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 **lappangási idő 2-14 nap**, átlagosan 5-6 nap. Egyes betegeknél jelentkezhet fájdalom, orrdugulás, orrfolyás, torokfájás vagy hasmenés. Ezek a tünetek általában enyhék és fokozatosan jelentkeznek. **Vannak olyan fertőzöttek, akiknél nem alakul ki semmilyen tünet és nem érzik magukat betegnek. A legtöbben (nagyjából 80%)** bármely speciális kezelés nélkül felépülnek a betegségből.
- A WHO adatai szerint eddig a fertőzés nagyjából 2%-a volt halálos kimenetelű.

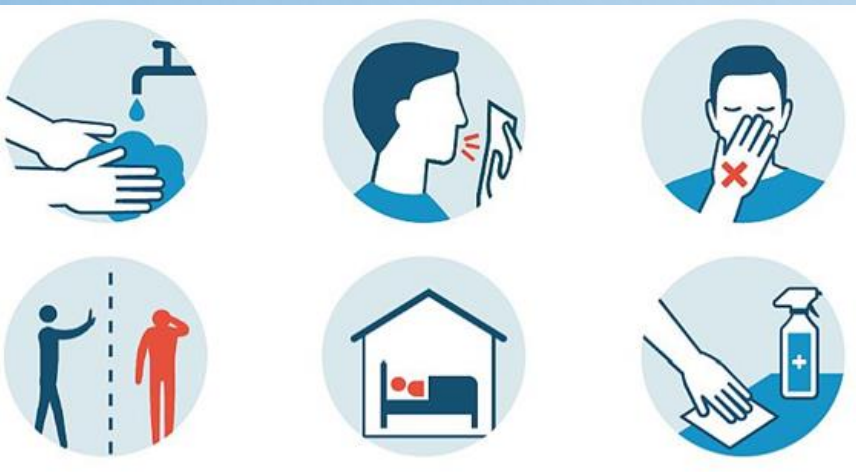


MIT TEHETÜNK A MEGELŐZÉS ÉRDEKÉBEN, HOGYAN VÉDEKEZZÜNK A FERTŐZÉS ELLEN?

1. A legfontosabb a **gyakori és alapos szappanos kézmosás, az alkoholtartalmú kézfertőtlenítő használata.** Különösen javasolt **mosdó használatát követően és étkezés előtt!**
2. **Tartsunk legalább 2 méter távolságot mindenkitől, aki köhög vagy tüsszent.** Miért? Köhögéskor vagy tüsszentéskor apró folyadékcseppek kerülnek a környezetbe, amelyek tartalmazhatják a vírust. Ha túl közel vagyunk, belélegezhetjük ezeket.
3. **Kerülni kell a szemek, az orr, a száj érintését.** Miért? A kezünk számos felülettel, tárggyal érintkezik, melynek során szennyeződhet az ott lévő vírusokkal. Az így szennyezett kézzel a szem, a száj vagy az orr érintése esetén a vírus a szervezetünkbe kerülhet.



4. A megfelelő higiénés előírásokat be kell tartani. **Köhögés, tüsszentés esetén el kell takarni a szájat, orrot** a behajlított könyökünkkel vagy egy zsebkendővel, **ezután a zsebkendőt azonnal dobjuk ki a szemetesbe, majd mossuk/fertőtlenítsük a kezünket.**
5. Ha betegnek érezzük magunkat, **láz, köhögés, nehézlégzés** esetében **telefonon hívjuk fel orvosunkat és kövessük az orvos útmutatásait.**
6. A **maszk önmagában nem elegendő** a fertőzés megállításához, viselése mások védelme érdekében javasolt, ha valaki légúti tünetektől szenved. Ha valamilyen **alapbetegségünk van** (magas vérnyomás, cukorbetegség, szív- és érrendszeri betegség, légzőszervi betegség, májbetegség, daganatos betegség), saját védelmünk érdekében viseljünk maszkot.





Köhögés illemtan



- Takard el egy papírzsebkendővel a szádat és az orrodát köhögéskor vagy tüsszentéskor!
- Ha nincs nálad papírzsebkendő, az alkaroddal vagy a könyökhajlatoddal takard el a szádat és az orrodát! (Ne a kezeddél!)



- Dobd ki a használt papírzsebkendőt!



- Moss kezet szappannal - vagy



- Fertőtleníts alkoholos bázisú kézfertőtlenítővel!



Készült a



Partners for Disease
Control and Prevention
National Center for
Health Statistics

és az

American Academy
of Pediatrics



ajánlása alapján.

Védjük meg magunkat és
másokat a megbetegedéstől!
Mindig mossunk kezet:



- köhögés vagy tüsszentés után
- amikor beteget ápolunk
- ételkészítés előtt, közben és után
- étkezés előtt
- toaletthasználat után
- állatokkal vagy állatok ürülékével való érintkezés után

World Health
Organization



A vírus gyorsan terjed zárt közösségekben, ezért fontos az alábbiak betartása:

1. A **személyi higiéne**re fokozottan kell figyelni, a megelőzésének legfontosabb módja a **gyakori, alapos kézmosás**. Ajánlott a fertőtlenítő hatású folyékony szappan biztosítása, mert ennek alkalmazásával egy fázisban végezhető el a kéztisztítás és a kézfertőtlenítés.
2. Kerülni kell a szokásos érintkezési formák közül a **kézfogást, puszit**.
3. Be kell tartani a **„köhögési etikettet”**: papír zsebkendőbe köhögjünk, tüsszentsünk, a használt zsebkendőt dobjuk ki, utána mossunk kezet.
4. Gyakori **szellőztetésre** van szükség. A **nagy tömegeket vonzó közösségi rendezvények** megtartása mérlegelendő, ajánlott a **csoportos utazások elhalasztása**.

Forrás: „Ravensburger puzzle”



5. Takarításhoz **virucid (= vírusölő)** hatással rendelkező készítmények használata javasolt.

A vizes egységek **padló és csempe** klóralló **burkolatainak** fertőtlenítésére a klórtartalmú készítmények is alkalmazhatók.

Fontos fertőtleníteni azokat a **felületeket**, melyeket kézzel gyakran érintenek (pl. **kilincsek, korlátok, villanykapcsolók** stb.). Fertőtlenítésükre az alkohol bázisú gyorsfertőtlenítők, fertőtlenítő kendők alkalmazhatóak.

Fertőtlenítsük azokat a tárgyakat, felületeket is, melyekre eljuthatnak vírusok: **számítógép manuál, egér, mobiltelefon, tablet** stb.

6. Az utazási előzmények alapján **enyhe tünetekkel rendelkezők is maradjanak otthon.**

Beteg gyermek ne járjon közösségbe.



A fertőtlenítő **kézmosás** menete

Látható szennyeződés esetén végezzünk fertőtlenítő kézmosást, egyébként kézhigiénéhez alkalmazzunk alkoholos kézbedörzsölést.

A művelet időtartama: 40-60 másodperc



Nedvesítsük be vízzel a kezünket.



Adagoljunk megfelelő mennyiségű (folyékony) szappant a tenyerébe.



Dörzsöljük össze a két tenyerünket.



Dörzsöljük az egyik tenyerünkkel a másik kéz kézfejét úgy, hogy közben az ujjakat összefonjuk. Váltott kézzel ismételjük meg.



Dörzsöljük össze a két tenyeret úgy, hogy az ujjakat összefűzzük.



Dörzsöljük az egyik kéz tenyerével a másik kéz ujjainak hátát úgy, hogy az ujjak horogszerűen összeakaszzkodnak. Váltott kézzel ismételjük meg.



Markoljuk meg az egyik hüvelykujjat és körkörös mozdulattal dörzsöljük, majd váltsunk kezét.



Az egyik kéz ujjbegyeit dörzsöljük a másik kéz tenyeréhez körkörös, oda-vissza, majd váltsunk kezét.



Folyóvízzel alaposan öblítsük le a kezét.



Kézszáritáshoz egyszerűen használatos papírtörítőt alkalmazzunk.



A vízcsapot a papírtörő segítségével zárjuk el (vagy könyökkel a könyökös orvosi csaptelepet).



Kezeink biztonságosak.

Az alkoholos **kézbedörzsölés** menete

A művelet időtartama: 20-30 másodperc



Adagolóból megfelelő mennyiségű kézfertőtlenítő szert juttassunk a tenyerébe.



Dörzsöljük össze a két tenyerünket.



Dörzsöljük az egyik tenyerünkkel a másik kéz kézfejét úgy, hogy közben az ujjakat összefonjuk. Váltott kézzel ismételjük meg.



Dörzsöljük össze a két tenyeret úgy, hogy az ujjakat összefűzzük.



Dörzsöljük az egyik kéz tenyerével a másik kéz ujjainak hátát úgy, hogy az ujjak horogszerűen összeakaszzkodnak. Váltott kézzel ismételjük meg.



Markoljuk meg az egyik hüvelykujjat és körkörös mozdulattal dörzsöljük, majd váltsunk kezét.



Az egyik kéz ujjbegyeit dörzsöljük a másik kéz tenyeréhez körkörös, előre-hátra majd váltsunk kezét.



Száradás után kezeink biztonságosak.

SZÉCHENYI 2020



Translated with the permission of the publisher.
Based on the "How to Handrub?"
https://www.who.int/gpsc/5may/How_To_HandRub_Poster.pdf
© World Health Organisation 2009.



Európai Unió
Európai Szociális
Állam



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



Translated with the permission of the publisher.
Based on the "How to Handrub?"
https://www.who.int/gpsc/5may/How_To_HandRub_Poster.pdf
© World Health Organisation 2009.



Európai Unió
Európai Szociális
Állam



SZÉCHENYI 2020

BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



**Helyesen kezelt mosni sajnos
nagyon kevesen tudnak.**

TÁJÉKOZÓDÁS:

csak hiteles információt tartalmazó oldalakról!

www.koronavirus.gov.hu

www.nnk.gov.hu

koronavirus.gov.hu

Címlap Aktuális Megelőzés Mit tegyünk? Mit kell tudni? f

Tájékoztató oldal a koronavírusról

A magyar kormány **operatív törzset** hozott létre az új koronavírus elleni küzdelem érdekében. Ezen a honlapon **hiteles és naprakész információkat talál** a hatósági intézkedésekről, a megelőzéshez szükséges lépésekről és teendőkről a panaszok esetén. **Tegyünk mindannyian az egészségünkért!**

Információs vonalak:

☎ 06 80 277 455 ☎ 06 80 277 456

✉ koronavirus@bm.gov.hu

 NEMZETI NÉPEGÉSZSÉGÜGYI KÖZPONT

nnk.gov.hu/index.php/lakossagi-tajekoztatok/koronavirus

SAKTERÜLETEK ▾ PROJEKTEK ▾ KÖZÉRDÉKÜ ▾ KAPCSOLAT AKTUALITÁSOK KÖZLEMÉNYEK f

Járványügyi és Infekciókontroll Főosztály

- Főosztály kezdőlapja
- Lakossági tájékoztatók
 - Koronavirus tájékoztatók
 - Koronavirus tájékoztatók háziorvosoknak
 - Általános tájékoztatók
- Öltőközpont
 - Az öltőközpont árlistája
 - Utazással kapcsolatos egészségügyi tájékoztatás, védőoltások

Koronavirus - ingyenesen hívható telefonszámon kérhet tanácsot

A Nemzeti Népegészségügyi Központ (NNK) ingyenesen hívható zöldszámokat hozott létre a koronavírussal kapcsolatos lakossági megkeresések gyors és szakszerű megválaszolása érdekében.



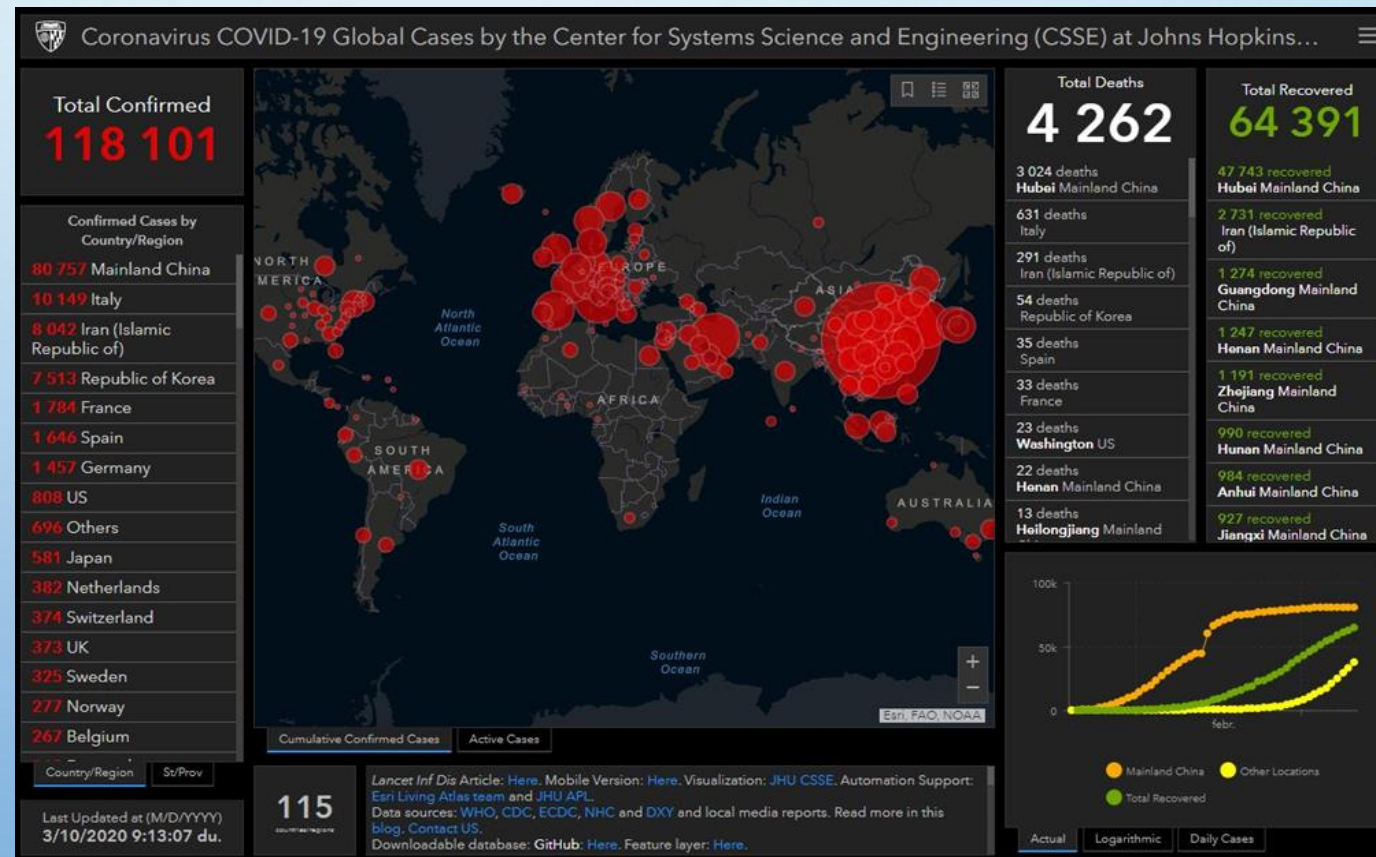
06 80 277 455
06 80 277 456

A telefonszámok mobil és vezetékes telefonról is egyaránt tárcsázhatók. A telefonvonalakat az NNK működteti és szakemberek adnak információt az új koronavírusról. A szolgáltatás célja a szakszerű, hatékony, időbeni reagálás biztosítása és elősegítése a megelőzés érdekében.

Kérjük a lakosságot, hogy csak abban az esetben hívják a zöld számokat, ha az NNK weboldalain nem kaptak megfelelő választ kérdéseikre. Az új koronavírusról folyamatosan frissülő információk elérhetők: <https://www.nnk.gov.hu/index.php/lakossagi-tajekoztatok/koronavirus> és <http://egeszseg.hu/koronavirus-tajekoztatok>.

HOL LÁTHATÓ, HOGY EBBEN A PILLANATBAN MERRE TART A VÍRUS?

Hasznos forrás az amerikai **Johns Hopkins Egyetem** digitális térképe, amely folyamatosan frissített világtérképen mutatja a tényeket, hogy pontosan merre észlelték a koronavírust.



MIT TEGYEN, AKI TÜNETEKET TAPASZTAL?

- Ha fertőzött területen járt, vagy érintkezett ilyen személlyel, akkor **maradjon otthon, ne menjen közösségbe!**
- **Telefonon hívja fel háziorvosát! A háziorvos telefonon fogja kikérdezni.**
- **Ha felmerül a koronavírus fertőzés gyanúja, akkor a háziorvos értesíti a mentőket és a mentő kórházba szállítja. A kórházban minden szükséges vizsgálatot elvégeznek és laborvizsgálatot végeznek, amely kimutatja, hogy koronavírussal fertőzött-e vagy nem.**
- **Ha a laboreredmény megerősíti, hogy koronavírussal-fertőzött, akkor kórházi megfigyelés (karantén) alá kerül. A kezelés attól függ, hogy a betegség mennyire enyhe vagy súlyos lefolyású.**

FONTOS:

- A járványügyi előírásokat **be kell tartani** - önmagunk és mások érdekében is, hiszen ezzel lehet keretek között tartani a járvány lefolyását!
- A hatóságok szigorú, az adott helyzetnek megfelelő, változó eljárásrendek alapján végzik munkájukat, **a mi érdekünkben!**

Köszönjük a figyelmet!

