

MERE PREDOSTROŽNOSTI U VEZI SA VIRUSOM KORONA u cilju smanjenja rizika od zaraze

Mart 2020.

unicef 
za svako dete

U cilju smanjenja rizika od zaraze i sprečavanja širenja virusa korona, važno je da zaštitite sebe i svoju porodicu preduzimanjem jednostavnih mera predostrožnosti koje mogu smanjiti rizik od zaraze.



Često perite ruke

tokom 20 sekundi sapunom i vodom ili gelom za dezinfekciju ruku na bazi alkohola



Održavajte udaljenost

od bilo koga ko kašlje ili kija (najmanje 1 m)



Ostanite kod kuće

ukoliko se ne osećate dobro. Ukoliko imate povišenu temperaturu, kašljete i otežano dišete, potražite medicinsku pomoć.



Ukoliko kašljete ili kijate,

pokrijte usta i nos povijenim laktom



Koristite antiseptične vlažne maramice

za redovno čišćenje telefona, tableta i drugih materijala koje redovno dodiruju osobe osim vas



Potražite medicinsku pomoć

i najavite se. Sledite uputstva nadležnih zdravstvenih organa i ne zaboravite da obavestite svoje vođe tima.

Koji su simptomi novog virusa korona?

Simptomi mogu biti povišena temperatura, kašalj, otežano disanje, bolovi u mišićima i umor.

U težim slučajevima javlja se teška upala pluća, sindrom akutnog otežanog disanja, sepsa i septički šok koji mogu uzrokovati smrt pacijenta. Osobe starije od 60 godina i koje boluju od hroničnih bolesti podložnije su težim oblicima bolesti.

Šta da radim ukoliko član porodice pokazuje simptome?

Treba da što pre potražite medicinsku pomoć ukoliko Vi ili Vaše dete imate povišenu temperaturu, kašalj ili otežano disanje. Obavestite lekara ukoliko ste putovali u područje u kojem vlada virus korona, ili ukoliko ste bili u bliskom kontaktu sa nekim ko je putovao iz nekog od tih područja i ima respiratorne simptome, a posebno ako ste imali kontakt sa nekim ko je inficiran.

Da li su deca rizična grupa?

Osobe bilo kog uzrasta mogu se zaraziti virusom, ali do sada kod dece nema zabeleženih smrtnih slučajeva u vezi sa virusom korona. Virus je smrtonosan u retkim slučajevima, uglavnom kod starijih osoba sa već postojećim zdravstvenim problemima.

Da li treba da nosim medicinsku masku?

Upotreba medicinske maske savetuje se ukoliko imate respiratorne simptome (kašljanje ili kijanje) kako biste zaštitili druge. Masku treba da nosite ukoliko se brinete o inficiranoj osobi. Ukoliko nemate nikakve simptome, nema potrebe da nosite masku.

Ukoliko koristite maske, pobrinite se da ih pravilno koristite i odlazete da bi se osigurala njihova delotvornost i izbegao povećan rizik od prenošenja virusa.

Upotreba maske sama po sebi nije dovoljna za zaustavljanje infekcija i mora se kombinovati sa čestim pranjem ruku, prekrivanjem nosa i usta prilikom kihanja i kašljanja, te izbegavanjem bliskog kontakta sa osobama koje imaju simptome prehlade ili gripa (kašljanje, kijanje, povišenu temperaturu).

Ukoliko imate navedene simptome treba da se odmah obratite telefonom svom izabranom lekaru u domu zdravlja radi dobijanja daljih uputstava.

Kontakt telefoni epidemioloških službi, domova zdravlja i psihosocijalne podrške, kao i kol centara u gradovima i opštinama mogu se pronaći na sajtu [COVID19](#).

**OSTANITE KOD KUĆE
TIME ĆETE ZNAČAJNO SPREČITI
ŠIRENJE INFEKCIJE I ZAŠTITITI SEBE I DRUGE.**