

KORONAWIRUS

vademecum wiedzy dla pracownika

Informacje o koronawirusie i sposobach postępowania, w związku z dynamicznie rozwijającą się sytuacją, znaleźć można w wielu źródłach. Wychodząc naprzeciw Państwa potrzebom, przygotowaliśmy krótkie podsumowanie najważniejszych informacji na ten temat – porad, zaleceń i wytycznych. Wszyscy wiemy, że zdrowie jest najważniejsze. Zadbajmy o nie wspólnie!

CZYM JEST KORONAWIRUS?



Koronawirus z Wuhan, oznaczony skrótem SARS-CoV-2, wywołuje chorobę COVID-19. Koronawirusy występują często i mają tendencję do mutowania na poziomie genomu w różne formy, dlatego też należy zwracać szczególną uwagę na przypadki, kiedy nagle pojawi się jeden lub kilka z jego objawów.

JAKIE SĄ OBJAWY ZAKAŻENIA?

Zakażenie może powodować objawy typowe dla grypy. Obejmują one **gorączkę, kaszel, duszności, ból mięśni, zmęczenie, dysfunkcje układu pokarmowego czy nagłe problemy ze wzrokiem**. Badania RTG klatki piersiowej chorych wykazują typowe cechy wirusowego zapalenia płuc z rozlanymi obustronnymi naciekami.



CZY MASECZKA OCHRONI MNIE PRZED WIRUSEM?

Wbrew powszechnemu przekonaniu, maseczki nie chronią przed koronawirusem. Powinny natomiast nosić je osoby, które podejrzewają u siebie zakażenie. Nieprawdą jest również to, że ryzyko zachorowania występuje tylko u osób starszych i dzieci. Przypominamy: powinno się stosować do zaleceń i komunikatów wydawanych przez oficjalne źródła, takie jak strony Ministerstwa Zdrowia czy Głównego Inspektoratu Sanitarnego.



JAK UNIKNĄĆ ZAKAŻENIA?

Do większości zakażeń u ludzi dochodzi przede wszystkim drogą kropelkową, podczas kaszlu lub kichania. Podobnie przenosi się np. grypa. Wirus może także zostać przeniesiony, kiedy człowiek dotknie powierzchni lub przedmiotu, na którym znajduje się wirus (czyli np. ślina osoby chorej), a następnie dotknie swoich ust, nosa lub oczu. Kilka prostych kroków może w znaczący sposób zmniejszyć ryzyko zakażenia:



Podczas kaszlu lub kichania, należy zakryć twarz i nos chusteczką lub zgiętym łokciem (tzw. kaszel wampir)



Zużyta chusteczkę jak najszybciej wyrzucić do zamkniętego kosza



Często i bardzo dokładnie myć ręce, używając mydła lub środka dezynfekującego na bazie alkoholu



Unikać bliskiego kontaktu z osobami u których występują objawy przeziębienia lub grypy



CO ZROBIĆ JEŚLI PODEJRZEWAMY U SIEBIE ZAKAŻENIE?



Zgłosić się do najbliższego szpitalnego oddziału chorób zakaźnych



Telefonicznie powiadomić stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłosić się do oddziału zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego



Nie należy zgłaszać się do lekarza rodzinnego!



Należy unikać kontaktu z innymi ludźmi i, w miarę możliwości, pozostać w domu.



ZACHĘCAMY DO SKORZYSTANIA Z BEZPŁATNEJ INFOLINII NFZ - 800 190 590

ŹRÓDŁA:

NCZPIH Instytut Zdrowia - izwww.pl/new?idn=12
Ministerstwo Zdrowia - www.gov.pl/web/zdrowie/co-musisz-wiedziec-o-koronawirusie
Główny Inspektorat Sanitarny - gis.gov.pl/aktualnosci/oswiadczenie-glownego-inspektora-sanitarnego/
Pracodawcy RP - pracodawcyrp.pl/opinie-raporty/pracodawca-kontra-koronawirus