



# KORONAWIRUS

Opracowano na podstawie materiałów:

- Ministerstwa Zdrowia ze strony: <https://www.gov.pl/web/zdrowie/co-musisz-wiedziec-o-koronawirusie>

Przygotowała: St. wizytator Małgorzata Wanzek



## **Co musisz wiedzieć o koronawirusie**

**Podstawowe środki ochronne przeciwko nowemu koronawirusowi wywołującemu chorobę COVID-19.**



**800 190 590** – numer infolinii Narodowego Funduszu Zdrowia dotyczącej postępowania w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem

## **Informacja dla osób powracających z północnych Włoch, Chin, Korei Południowej, Iranu, Japonii, Tajlandii, Wietnamu, Singapuru i Tajwanu**

**Z punktu widzenia zagrożenia epidemiologicznego, Główny Inspektor Sanitarny nie zaleca podróżowania do Chin, Hongkongu oraz Korei Południowej, Włoch, Iranu, Japonii, Tajlandii, Wietnamu, Singapuru i Tajwanu.**

Szczegółowe informacje dotyczące bezpieczeństwa w poszczególnych państwach i regionach, w tym potrzebne dane kontaktowe, znajdują się na stronie **Ministerstwa Spraw Zagranicznych**.

Jeśli w ciągu ostatnich 14 dni byłeś w północnych **Włoszech, Chinach, Korei Południowej, Iranie, Japonii, Tajlandii, Wietnamie, Singapurze lub Tajwanie** i zaobserwowałeś u siebie objawy, takie jak: **gorączka, kaszel, duszność i problemy z oddychaniem**, to

**bezzwłocznie powiadom telefonicznie stację sanitarno-epidemiologiczną lub**

**zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego**, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.

## Czym jest koronawirus?

Nowy koronawirus SARS-Cov-2 wywołuje chorobę o nazwie COVID-19. Choroba objawia się najczęściej gorączką, kaszlem, dusznościami, bólami mięśni, zmęczeniem.

## Jak często występują objawy?

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.

## Kto jest najbardziej narażony?

Najbardziej narażone na rozwinięcie ciężkiej postaci choroby i zgon są osoby starsze, z obniżoną odpornością, którym towarzyszą inne choroby, w szczególności przewlekłe.



## Jak się zabezpieczyć przed koronawirusem?

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).

**Gdzie do tej pory stwierdzono przypadki zakażenia koronawirusem?**

Najwięcej potwierdzonych przypadków zakażenia nowym koronawirusem zarejestrowano w **Chinach** (99%), głównie w prowincji Hubei. Pozostałe osoby „zawlekły” wirusa do innych krajów **Azji, Europy, Oceanii i Ameryki Północnej** i zakaziły (np. **we Włoszech, w Niemczech, we Francji, w Wielkiej Brytanii**) kolejne osoby.

# 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, wydala 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 tutaj.

**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 Chin**

**Jeśli masz łagodne objawy ze strony układu oddechowego i nie podróżowałeś 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

Podejrzenie zakażenia SARS–Cov–2 jest powiązane:

- z podróżowaniem po obszarze Chin, w którym zgłoszono przypadki zakażenia SARS–Cov–2, lub
- bliskim kontaktem z kimś, kto podróżował po Chinach i ma objawy ze strony układu oddechowego.

Ministerstwo Zdrowia zachęca do zapoznania się informacjami zamieszczanymi na stronie internetowej **Głównego Inspektoratu Sanitarnego**, m.in. z „Komunikatem dla podróżujących”, „Zasadami postępowania z osobami podejrzanymi o zakażenie nowym koronawirusem 2019–nCoV MEDYCZNE” oraz „Zasadami postępowania z osobami podejrzanymi o zakażenie nowym koronawirusem 2019–nCoV W PODRÓŻY LOTNICZEJ”.

## Maseczki

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

**Sprzęt ochrony układu oddechowego powinien być oznakowany znakiem CE, który potwierdza, że został prawidłowo zaprojektowany i skonstruowany, wykonany z właściwych materiałów.**

## **Szpital:**

### **Województwo wielkopolskie**

- 1. Poznań, Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem, ul. Nowowiejskiego 56/58**
- 2. Poznań, Szpital Kliniczny im. Heliodora Święcickiego Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego, ul. Przybyszewskiego 49**
- 3. Poznań, Szpital kliniczny im. Karola Jonschera Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego, ul. Szpitalna 27/33**
- 4. Poznań, Wielospecjalistyczny Szpital Miejski im. Józefa Strusia z Zakładem Opiekuńczo-Lecznicznym. Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej z siedzibą w Poznaniu, ul. Szwajcarska 3**
- 5. Konin, Wojewódzki Szpital Zespolony im. dr Romana Ostrzyckiego, ul. Szpitalna 45**
- 6. Kalisz, Wojewódzki Szpital Zespolony im. Ludwika Perzyny, ul. Toruńska 7**

## **Materiały wysłane do szkół w ubiegłym tygodniu:**

- INFORMACJA GŁÓWNEGO INSPEKTORA SANITARNEGO DLA OSÓB POWRACAJĄCYCH Z PÓŁNOCNYCH WŁOCH (Opracowano na podstawie danych ECDC oraz WHO) Warszawa, 24.02.2020 r.
- Rekomendacje Ministra Edukacji Narodowej dla dyrektorów szkół, przedszkoli i placówek
- Wykaz przepisów dla dyrektorów szkół

# Racjonalizm i zdrowy rozsądek

## Praktyczne wskazówki:

- Do obowiązujących w szkole Procedur dopisać: **ogólne procedury reagowania na choroby zakaźne**;
- Przeprowadzić w szkole/przedszkolu „pogadanki” z uczniami, rodzicami, w taki sposób by nie wywoływać paniki czy wręcz hysterii;
- W czasie „pogadarek” położyć **szczególny nacisk** na to, by uczniowie, którzy powrócili z zagranicy (np.: Włochy) nie odczuli, iż są traktowani jako **potencjalne „zagrożenie”**;
- Wzmocnić **przestrzeganie higieny** (mydło i papier w każdej toalecie, w miarę możliwości płyn antybakteryjny);
- Zlecić osobom sprzątającym **częstą dezynfekcję** wszystkich klamek, poręczy itp. (miejsc dotykanych przez wszystkich uczniów – blaty ławek)

## Praktyczne wskazówki:

- Nie ma zakazu, aby osoby, które powróciły z zagranicy, a twierdzą, że nie zetknęły się z osobami chorującymi uczestniczyły w zajęciach lekcyjnych;
- W wyjątkowych przypadkach, jeśli uczeń powrócił ze strefy „szczególnie zagrożonej” za zgodą rodziców może pozostać w domu na tzw. „domową kwarantannę”, wówczas można wykorzystać internetowe sposoby przekazu, aby uczeń był na bieżąco z materiałem szkolnym;
- Zwrócić uwagę wszystkim rodzicom, a szczególnie w przedszkolach, by dzieci przeziębione, z grypą nie przysyłali do przedszkola, gdyż osłabienie może spowodować podatność na wirusy innego typu.

**Prosimy korzystać z poniższych oficjalnych linków:**

**<https://www.gov.pl/web/dyplomacja/aktualizacja-zalecen-dla-podrozujacych-w-zwiazku-z-rozprzestrzenianiem-sie-koronawirusa>**

**<https://gis.gov.pl/aktualnosci/komunikat-dla-podrozujacych-nr-37-warszawa-1-marca-2020-r-opracowano-na-podstawie-danych-ecdc-oraz-who>**

**<https://www.gov.pl/web/edukacja/rekomendacje-ministra-edukacji-narodowej-dla-dyrektorow-przedszkoli-szkol-i-placowek-oswiatowych>**



**Dziękujemy za uwagę.**

**Do zobaczenia na kolejnym  
spotkaniu.**

St. wizytator **Małgorzata Wanzek**

St. wizytator **Wioletta Woźniak**