

Ökopercek 2020. szeptember

Koronavírus (COVID 19)



Mit kell tudni a koronavírusról?

✓ **A koronavírusok alapvetően állatok körében fordulnak elő,** ugyanakkor egyes koronavírus törzsekről ismert, hogy képesek az emberben is fertőzést okozni. A koronavírusok mind állatról emberre, mind emberről emberre terjedhetnek.

✓ **Sokféle állatfaj lehet forrása az emberi megbetegedést okozó koronavírusoknak.** A 2012-ben az Arab-félszigetről kiinduló, a közel-keleti légzőszervi szindróma járványát okozó koronavírus elsődleges forrása a teve volt, míg a 2002-ben Kínából kiinduló, a súlyos akut légzőszervi szindróma járványát okozó koronavírus a denevérről cibetmacskák közvetítésével terjedt át emberre.

✓ **A mostani járványt okozó új koronavírus 2019 végén került azonosításra Kínában.** Az új koronavírus által okozott betegség neve a COVID-19 (*coronavirus disease - koronavírus okozta megbetegedés 2019*). Ez a vírustörzs a kínai Vuhanban a 2019 decemberében kitört járvány előtt ismeretlen volt.

Hogyan előzheted meg!

- ✓ Gondoskodj saját magad és mások egészségének védelmére!
- ✓ Gyakran moss kezet szappannal és vízzel, vagy alkoholos kézfertőtlenítővel, legalább 20 másodpercig!
- ✓ Tarts biztonságos távolságot a köhögő, tüsszögő személyektől!
- ✓ Ha nem lehet elegendő távolságot tartani, akkor viselj maszkot!
- ✓ Viselj maszkot a tömegközlekedési eszközökön, vásárláskor és az iskola közös helységeiben!
- ✓ Ne nyúlj a szemedhez, az orrodhoz és a szádhoz!
- ✓ Köhögés, illetve tüsszentés közben takard el az orrod és a szád eldobható zsebkendővel!
- ✓ Ha rosszul érzed magad, szólj tanárodnak, szüleidnek és maradj otthon!
- ✓ Ha belázasodsz, köhögsz, illetve nehezen tudod csak venni a levegőt, maradj otthon és kérj orvosi segítséget!



Maszkviselés

- ✓ A maszkviselés hozzájárul ahhoz, hogy a maszkot viselő személy ne adja tovább a vírust másoknak.
- ✓ A maszk önmagában nem nyújt védelmet a COVID-19 ellen, továbbá a kellő távolság megtartására és megfelelő kézhigiéniára is szükség van.
- ✓ A maszkot viseld helyesen, a szádát és az orrodát is takard el vele.
- ✓ A maszkodat cseréld naponta, vagy ha szövetből készült mosd ki, vasalással fertőtlenítsd!
- ✓ Az iskolában legyen nálad legalább 2 maszk.



Kezelése

- ✓ **Jelenleg nem áll rendelkezésre a COVID-19 betegség elleni védőoltás vagy gyógyszer.**
- ✓ **Folyamatban van a gyógymódok keresése, amelyeket azonban még klinikai vizsgálatokkal kell tesztelni.**
- ✓ **Otthon törekedj az egészséges életvitelre!**
- ✓ **Ügyelj az egészséges étkezésre, aludj és mozogj sokat!**
- ✓ **Ha karanténba kerülsz szeretteiddel, barátaiddal telefonon vagy az interneten keresztül tartsd a kapcsolatot!**
- ✓ **Ha betegnek érzed magad, akkor pihenj, igyál sok folyadékot és fogyassz tápláló ételeket és maradj otthon!**
- ✓ **Ha belázasodsz, köhögsz, illetve légzési nehézségeid vannak, maradj otthon és hívjátok fel szüleiddel a házi orvosodat!**



Gondoljunk egymásra!

Vigyázzunk egymásra!