

### **Ce este un coronavirus ?**

**Coronavirusurile** sunt o familie numeroasă de virusuri care pot provoca boli la animale sau oameni. La om provoacă infecții respiratorii, de la răceala comună la boli mai severe, cum ar fi Sindromul respirator din Orientul Mijlociu (MERS) și Sindromul respirator acut sever (SARS). Cel mai recent coronavirus descoperit provoacă boala coronavirus COVID-19.

### **Ce este COVID-19 ?**

**COVID-19** este boala infecțioasă cauzată de coronavirusul cel mai recent descoperit. Acest nou virus și această boală nu au fost cunoscute înainte de apariția focarului în Wuhan, China, în decembrie 2019.

### **Care sunt simptomele COVID-19?**

Cele mai frecvente simptome ale COVID-19 sunt febra, oboseala și tusea uscată. Unii pacienți ar mai putea să aibă dureri de cap, congestie nazală, dureri în gât sau diaree. Aceste simptome sunt de obicei ușoare, cu debut treptat. Unele persoane se infectează, dar nu dezvoltă niciun simptom și nu se simt rău. Majoritatea oamenilor (aproximativ 80 %) se recuperează fără a avea nevoie de tratament special. Aproximativ 1 din fiecare 6 persoane care suferă de COVID-19 devine grav bolnavă și prezintă dificultăți de respirație. Persoanele în vârstă, precum și cele cu probleme medicale subiacente, cum ar fi hipertensiunea arterială, probleme cardiace sau diabet, sunt mai susceptibile să dezvolte o formă gravă. Aproximativ 2 % dintre persoanele suferinde de această boală au murit. Persoanele cu febră, tuse și dificultăți de respirație trebuie să solicite asistență medicală.

### **Cum se răspândește COVID-19 ?**

Oamenii se pot îmbolnăvi de COVID-19 de la alții care au virusul. Boala poate fi transmisă de la o persoană la alta prin secreții sub formă de picături mici, care sunt răspândite atunci când persoana infectată tușește sau strănută. Aceste picături se așează pe obiectele și suprafețele din jur. Alte persoane se îmbolnăvesc de COVID-19 atingând aceste obiecte sau suprafețe, apoi atingându-și ochii, nasul sau gura. Oamenii pot, de asemenea, să se îmbolnăvească de COVID-19 dacă respiră direct secrețiile răspândite de o persoană infectată care tușește sau strănută. Acesta este motivul pentru care este important să stați la mai mult de 1 metru de o persoană bolnavă.

OMS evaluează cercetările în curs de desfășurare a modului în care COVID-19 este răspândită și va continua să împărtășească rezultatele actualizate.

### **CoVID-19 poate fi transmisă de o persoană care nu are simptome ?**

Principala modalitate de răspândire a bolii este prin picături expulzate de cineva care tușește sau strănută. Riscul de infecție COVID-19 de la cineva care nu prezintă nici un fel de simptome este foarte mic. Multe persoane bolnave de COVID-19 prezintă doar simptome ușoare. Acest lucru este valabil în special în primele etape ale bolii. Prin urmare, este posibilă îmbolnăvirea de COVID-19 de la cineva care are, de exemplu, doar o tuse ușoară fără să se simtă rău.

OMS evaluează cercetările în curs de desfășurare a perioadei de transmitere a COVID-19 și va continua să împărtășească rezultatele actualizate.

### **Cine riscă să dezvolte forme severe ale bolii ?**

Încă se strâng informații despre modul în care COVID-19 afectează oamenii. Persoanele în vârstă și persoanele cu afecțiuni medicale preexistente (cum ar fi hipertensiunea arterială, boli de inimă sau diabet) par să dezvolte o formă gravă de boală, mai des decât celelalte categorii.

### **Antibiotice sunt eficiente în prevenirea sau tratarea COVID-19 ?**

Nu. Antibioticele nu funcționează împotriva virusurilor, funcționează doar pe infecții bacteriene. COVID-19 este cauzat de un virus, deci antibioticele nu funcționează. Antibioticele nu trebuie utilizate ca mijloc de prevenire sau tratament al COVID-19. Acestea trebuie utilizate doar conform indicațiilor unui medic pentru a trata o infecție bacteriană.

### **Există un vaccin, medicament sau tratament pentru COVID-19 ?**

Nu încă. Până în prezent, nu există niciun vaccin și niciun medicament antiviral specific care să prevină sau să trateze COVID-19. Cei afectați ar trebui să aibă grijă pentru ameliorarea simptomelor. Persoanele cu boli grave trebuie spitalizate. Majoritatea pacienților se recuperează datorită îngrijirii primite din faza incipientă.

Posibile vaccinuri și unele tratamente medicamentoase specifice sunt în curs de investigare. Acestea sunt testate prin studii clinice. OMS coordonează eforturile de dezvoltare a vaccinurilor și a medicamentelor pentru prevenirea și tratarea COVID-19.

Cele mai eficiente metode de a vă proteja pe voi și pe ceilalți împotriva COVID-19 sunt să vă curățați frecvent mâinile, să vă acoperiți gura când tușiți și să mențineți o distanță de cel puțin 1 metru față de persoanele care tușesc sau strănută.

## Spalarea corecta a mainilor

- 9 pasi pentru spalarea corecta a mainilor

1 Udă bine mâinile cu apă.



2 Adaugă săpun.



3 Freacă puternic mâinile, una de cealaltă, pentru a face spumă.



4 Freacă spatele palmei viguros cu cealaltă mână.



5 Obligatoriu spală mâinile între degete.



6 Freacă energic podul palmei cu degetele împreunate ale celeilalte mâni.



7 Freacă bine degetul mare și încheietura palmei.



8 Freacă bine spatele degetelor de palma celeilalte mâni.



9 Clătește bine mâinile și apoi usucă-le bine.



## Dezinfectarea corectă a mainilor

- 7 pași pentru dezinfectarea corectă a mainilor

1 Preia dezinfectant.



2 Freacă palmele de 5 ori.



3 Freacă palma dreaptă peste spatele celei stângi de cel puțin 5 ori. Apoi invers tot de 5 ori.



4 Freacă mâinile, împreună, palmă peste palmă, cu degetele întrepătrunse, de 5 ori.



5 Freacă spatele degetelor, cu pumnul strâns, de palma opusă, de 5 ori.



6 Prinde degetul mare de la mâna dreaptă cu mâna stângă și freacă-le împreună de 5 ori. Apoi invers tot de 5 ori.



7 Freacă degetele mâinii drepte de palma mâinii stângi de 5 ori. Apoi invers tot de 5 ori.



### Sfaturi privind utilizarea măștilor în comunitate, în timpul îngrijirii la domiciliu și în spitale în contextul situației actuale de circulație a noului coronavirus (SARS-CoV-2)

#### Sfaturi generale

Purtarea măștii este una dintre măsurile de prevenire și limitare pentru răspândirea anumitor boli respiratorii, inclusiv cea cauzată de noul coronavirus. Cu toate acestea, doar utilizarea unei măști nu este suficientă pentru a asigura un nivel adecvat de protecție și ar trebui adoptate și alte măsuri. Folosirea măștii trebuie combinată cu igiena adecvată a mâinilor și cu alte măsuri de prevenire și control a transmiterii noului coronavirus de la om la om.

Purtarea măștii, atunci când nu este indicată, poate provoca costuri inutile, încărcarea achizițiilor și poate crea un fals sentiment de securitate care poate duce la neglijarea altor măsuri esențiale, cum ar fi practicile de igienă a mâinilor. Mai mult decât atât, utilizarea incorectă a unei măști poate afecta eficacitatea acesteia în reducerea riscului de transmitere.

## **În comunitate**

### **Persoanele fără simptome respiratorii ar trebui :**

- să evite aglomerațiile și să evite frecventarea spațiilor închise aglomerate (de ex. supermarket-uri, mall-uri);
- să mențină o distanță de cel puțin 1 metru față de orice persoană cu simptome respiratorii (de ex. tuse, strănut);
- să-și spele frecvent mâinile, folosind apă și săpun atunci când mâinile sunt vizibil murdare sau antiseptic pe bază de alcool dacă mâinile nu sunt vizibil murdare;
- să utilizeze tehnica de a tuși sau a strănuta în interiorul cotului flectat sau să-și acopere nasul și gura în timpul tusei și strănutului cu un șervețel de unică folosință, urmată de aruncarea acestuia după utilizare și spălarea IMEDIATĂ a mainilor cu apă și săpun;
- să se abțină de la atingerea gurii, nasului și ochilor;
- să respecte regulile privind modul de purtare, îndepărtare și eliminare a măștilor, asociate cu o igienă corectă a mâinilor după îndepărtare.

### **Persoanele cu simptome respiratorii trebuie să respecte indicațiile de mai sus și următoarele :**

- să poarte o mască dacă prezintă febră, tuse și respirație dificilă și să solicite consult medical la medicul de familie, cât mai curând posibil.