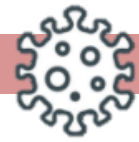




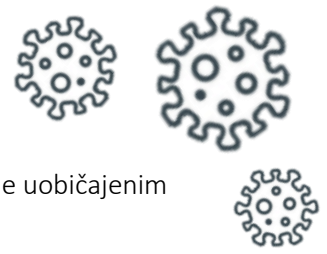
SARS-COV-2-INFORMATIVNI LIST

Kućna karantena koju sami kontrolirate



Boravili ste u jednom **rizičnom području**. Ne može se isključiti, da niste došli u kontakt sa novim sojem koronavirusa. Za vašu **vlastitu i opću sigurnost** otišli ste u **kućnu karantenu koju sami kontrolirate** te se **trabate pridržavati sljedećih uputa**:

<p>! Ne napuštajte vaš stan ili vaše domaćinstvo koje vam je odredilo državno tijelo (Bezirkshauptmannschaft/ Magistrat) za cijelo vrijeme koje vam je određeno!</p>		<p>! Pri direktnom kontaktu možete zaštititi svoje bližnje noseći FFP2-Masku. Držite odstojanje pri govoru od 2 metra.</p>	
<p>! Kontakti sa osobama izvan domaćinstva su dozvoljeni samo, ako postoji medicinska nužnost.</p>		<p>! Često dezinficirajte ruke (sredstvima iz apoteke) odn. perite ruke sapunom oko 20 sekundi. Koristite vlastiti peškir odn. jednokratne maramice.</p>	
<p>! Kontrolirajte 2x dnevno tjelesnu temperaturu i obratite pažnju sljedećih dana na eventualne simptome bolesti (posebno kašalj, kratko disanje, vrućicu, šmrcanje, iznenadni gubitak osjetila za miris i okus).</p>		<p>! Pridržavajte se higijene pri kašljanju i brisanju nosa (tj. ako kašljete ili kišete, pokrijte nos i usta papirnom maramicom, bacite je odmah nakon upotrebe u zatvorenu kantu za smeće i nakon toga operite ruke.)</p>	
<p>! Zapisujte molimo vas socijalne kontakte, vašu tjelesnu temperaturu i nastale simptome. Vodite o tome dnevnik (Lista je priložena) sljedećih deset dana nakon kontakta.</p>		<p>! Dnevno očistite više puta toalet, ručke, rukohvate i druge površine sa kojima ste u kontaktu uobičajenim sredstvima iz trgovine.</p>	
<p>! Ako živite sa ostalim osobama, držite se ako je moguće odvojeno, dobro provjetrite prostorije. Općenito se trebate držati podalje vremenski i prostorno od ostalih osoba koje žive u domaćinstvu. (npr. uzimajte zasebno objede, koristite odvojeno kupatilo, ako je moguće).</p>		<p>! Odmah pozovite telefon za savjetovanje (1450) odn. kola hitne pomoći (144), ako počinjete da se osjećate bolesno, ili imate simptome infekcije dišnih puteva, (vidi gore) ili ako iz drugih razloga trebate ljekarsku pomoć. Navedite pri tome obavezno na telefon, da ste imali blizak kontakt sa osobom SARS-CoV-2-obođenjem. Ne idite molimo vas u liječničku ordinaciju ili bolnicu.</p>	
<p>! Ako nastupe gore navedeni simptomi informišite vaše nadležne zdravstvene ustanove (u toku sedmice za vrijeme radnog vremena, preko vikenda odgovarajuće naknadno javljanje sljedećeg radnog dana.)</p>		<p>! Vaš stan / Vaše domaćinstvo (mjesto izolacije) smijete napustiti isključivo za neophodno potrebno vrijeme trajanja za PCR-test ili Antigen-Tests na korona virus.</p>	



Upute za čišćenje, pranje i otklanjanje otpada

- **Očistite više puta dnevno** toalet, umivaonik, armature, rukohvate, ručak i slične površine uobičajenim sredstvima za čišćenjem.
- **Perite vaše rublje u mašini za rublje** na temp. 60°C programa praškom za pranje.
- **Skupite otpad – kućni otpad i higijenski otpad u** dovoljeno velikim vrećama za smeće, zavežite u čvor i prepakirajte u veće vreće, koje ste opet zavezali u čvor. Nakon toga ubacite u kontejner za smeće.

Kako se prenosi virus?

Virus se prenosi sa oboljele osobe na drugu osobu prenošenjem čestica koje sadrže virus a koje nastaju putem **disanja, pričanja, pjevanja, kašljanja ili kihanja**. Direktni osobni kontakt (duži od 15 minuta, razmak ispod 2 metra) predstavlja za sada najznačajniji način prenošenja. Mnogi ljudi međutim imaju samo lagane simptome. To posebno važi za rani stadijum bolesti. **Moguće je dakle, da se zarazite od oboljele osobe**, koja na primjer ima samo lakši kašalj i ne osjeća se bolesno.

Koliko dugo traje vrijeme inkubacije i koliko dugo je osoba prenositelj zaraze?

Vrijeme inkubacije (vrijeme između zaraze i početka simptoma bolesti) iznosi **do 14 dana**, po pravilu između 5-6 dana. **Mogućnost da zarazite drugu osobu postoji 48 sati prije do 10 dana nakon početka bolesti** odn. kod asimptomatskih slučajeva **48 sati prije do 10 dana nakon uzimanja probe**, koja je dovela do toga da je test pozitivan. Kod teških ili trajnih simptoma ili ako postoji mutacija može infektivno vrijeme biti i duže.

Koji simptomi nastaju u slučaju oboljenja?

Infekcije od ljudi su najčešće blage i slične su prehladi. Česti znakovi jedne infekcije su npr. **vrućica, kašalj, ubrzano disanje i tegobe sa disanjem, kijavica, nagli gubitak čula mirisa i okusa**. Može nastupiti i **proljevi i povraćanje**. U teškim slučajevima može infekcija prouzrokovati i **upalu pluća ili čak i smrt**.

Kako se može bolest liječiti?

Najveći broj oboljelih su blagi slučajevi i **ne moraju se liječiti**. Kod teških oboljenja se vrši liječenje simptomatski to znači da se tegobe liječe, npr. snižavanje temperature ako se ima vrućica davanjem lijekova za snižavanje temperature. Od decembra 2020. postoji i **cjepivo / vakcina**.



Gdje ću dobiti sljedeće informacije?

- www.sozialministerium.at ili www.ages.at
- Coronavirus-Hotline pod 0800 555 621
- Kod vaših nadležnih zdravstvenih ustanova



Gdje ću dobiti pomoć?

- Kod vaših nadležnih zdravstvenih ustanova
- Rat auf Draht: 147
- Telefon Seelsorge: 142
- Krizna pomoć Gornje Austrije Tel.: 0732 2177 – Po-Ne 0-24 sati;
www.krisenhilfeooe.at