



## Оболели

Код вас је доказан **узрочник болести КОВИД-19**. Ваша надлежна здравствена установа (Bezirkshauptmannschaft/Magistrat) је одлучила да вам је потребна **кућна изолација**. Конкретно трајање изолације је вама утврдио БВБ. Вирус се лако преноси и болест КОВИД-19 може имати тежак ток болести. Стога је важно, да се **тачно придржавате следећих правила – Тиме штитите себе и друге људе!**

<p><b>Не напуштајте ваш стан или ваше домаћинство!</b></p> 	<p>Не примајте посете. Контакти са лицима изван домаћинства су дозвољени <b>само ако постоји медицинска нужност</b>.</p> 
<p><b>Избегавајте директне контакте са другима. Ако су контакти преко потребни ностите обавезно ФФП2-маску и држите одстојање кад причате најмање 2 метра и дезинфикујте претходно руке. Бележите неизбежне социјалне контакте.</b></p> 	<p>Често <b>дезинфикујте руке</b> (средствима из апотеке) одн. <b>Перите руке сапуном око 20 секунди</b>. Користите властите пешкир одн. једнократне марамнице.</p> 
<p><b>Замолите чланове породице, пријатеље и комшије, да вам помогну у набавци потребних ствари, (намирнице, лекови и артикли за личну хигијену). Купљене ствари нека оставе једноставно пред врата.</b></p> 	<p><b>Придржавајте се хигијене при кашљању и брисању носа</b> (тј. ако кашљете или кишете, покријте нос и уста папирном марамницом, баците је одмах након употребе у затворену канту за смеће након тога оперите руке).</p> 
<p><b>Мерите 2x дневно вашу телесну температуру и водите листу (Листа је приложена) везану за тегобе дисања и телесну температуру.</b></p> 	<p><b>Дневно очистите више пута тоалет, ручке, рукохвате и друге површине са којима сте у контакту уобичајеним средствима из трговине.</b></p> 
<p>Ако живите <b>са осталим особама, држите се ако је могуће одвојено, добро проветрите просторије.</b> Генерално се требате држати <b>подаље временски и просторно од осталих који живе у домаћинству</b> (нпр. узимајте засебно оброке, користите одвојено купатило, ако је могуће). Ви <b>не смете да спремате храну за чланове породице.</b></p> 	<p>Одмах позовите телефон за саветовање <b>(1450)</b> одн. кола хитне помоћи <b>(144)</b>, ако почињете да се осећате болесно, или имате симптоме инфекције дишних путева, (види горе) или ако из других разлога требате лекарску помоћ. <b>Наведите при томе обавезно на телефон, да сте имали близак контакт са особом САРС-Ков-2-оболењем. Не идите молимо вас у лекарску ординацију, амбуланту или болницу.</b></p> 
<p><b>Контактирајте вашег лекара телефонски и информишите га редовно о <b>вашем стању</b>.</b> Уколико требате ићи у болницу обавестите надлежне <b>здравствене установе</b>, да вам је потребан <b>превоз до болнице.</b></p> 	<p>Ако буду потребни код вас и <b>други тестови, на време ће вас информисати надлежни органи (Bezirkshauptmannschaft /Magistrat).</b> Они ће вас информисати о актуелним могућностима у вези са превременим прекидом изолације.</p> 



## Упутства за чишћење, прање и отклањање отпада

- Очистите више пута дневно тоалет, умиваоник, арматуре, рукохвате, ручке и сличне површине уобичајеним средствима за чишћењем.
- Перите вашу одећу у машини за прање веша на темп. 60°C програма прашком за прање.
- Скупите отпад – кућни отпад и хигијенски отпад у довољно великим врећама за ђубре, завежите у чвор и препакирајте у веће вреће, које сте опет забезали у чвор. Након тога убаците у контејнер за смеће.

## Како се вирус преноси?

Вирус се преноси са оболеле особе на другу особу преношењем честица које садже вирус а које настају путем **дисања, причања, певања, кашљања или кијања**. Директан лични контакт (дужи од 15 минута, одстојање испод 2 метра) представља за сада најзначајнији начин преношења. Многи људи међутим имају само лагане симптоме. То посебно важи за рани стадијум болести. **Могуће је дакле да се заразите од оболеле особе**, која на пример **има само лакши кашаљ и не осећа се болесно**.

## Колико дуго траје време инкубације и колико дуго сте преносилац болести?

Време инкубације (време између заразе и почетка симптома болести) износи **до 14 дана**, по правилу између **5-6 дана**. Могућност да заразите другу особу постоји **48 часова пре и 10 дана након почетка болести** одн. код асимптоматских случајева **48 часова пре до 10 дана након узимања пробе**, која је довела до тога да је тест позитиван. Код тешких или трајних симптома или ако постоји мутација може инфекциозно време бити и дуже.

## Који симптоми наступају у случају оболења?

Инфекције код људи су најчешће благе и сличне су прехлади. Чести знакови инфекције су нпр. **врућица, кашаљ, убрзано дисање и тегобе са дисањем, кијавица, нагли губитак чула мириса и окуса**. Може наступити и **прољев и повраћање**. У тешким случајевима може инфекција проузроковати и **упалу плућа или чак и смрт**.

## Како се болест лечи?

Највећи број оболелих су благи случајеви и **не морају се лечити**. Код тешких оболења се врши лечење симптоматски то значи да се тегобе лече, нпр. снижавање температуре ако се има врућица давањем лекова за снижавање температуре. Од децембра 2020. постоји и **вакцина**.



### Где ћу добити следеће информације?

- [www.sozialministerium.at](http://www.sozialministerium.at) или [www.ages.at](http://www.ages.at)
- Цоронавирус-Хотлине под 0800 555 621
- Код ваших надлежних здравствених установа



### Где можете добити помоћ?

- Код ваших надлежних здравствених установа
- Rat auf Draht: 147
- Телефон Seelsorge: 142
- Кризна помоћ Горње Аустрије Tel.: 0732 2177 – По-Не 0-24 сата;  
[www.krisenhilfeooe.at](http://www.krisenhilfeooe.at)