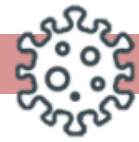




САРС-КОВ-2-ИНФОРМАТИВНИ ЛИСТ

Кућна карантин који сами контролишете



Боравили сте у једном **ризичном подручју**. Не може се искључити, да нисте дошли у контакт са новим сојем коронавируса. За вашу **властиту и општу безбедност** отишли сте у **кућни карантин који сами контролишете** те се траbate **придржавати следећих упутстава**:

<p>! Не напуштајте ваш стан или ваше домаћинство које вам је одредило државно тело (Bezirkshauptmannschaft/Magistrat) за цело време које вам је одређено!</p>		<p>При директном контакту можете заштитити своје ближње носећи ФФП2-маску. Држите одстојање при говору од 2 метра.</p>	
<p>! Контакти са особама изван домаћинства су дозвољени само, ако постоји медицинска нужност.</p>		<p>Често дезинфикујте руке (средствима из апотеке) одн. перите руке сапуном око 20 секунди. Користите властити пешкир одн. једнократне марамнице .</p>	
<p>! Контролишите 2x дневно телесну температуру и обратите пажњу следећих дана на евентуалне симптоме болести (посебно кашаљ, кратко дисање, врућицу, шмрцање, изненадни губитак чула за мирис и окус).</p>		<p>! Придржавајте се хигијене при кашљању и брисању носа (тј. ако кашљете или кишете, покријте нос и уста папирном марамницом, баците је одмах након употребе у затворену канту за смеће и након тога оперите руке.)</p>	
<p>! Записујте молимо вас социјалне контакте, вашу телесну температуру и настале симптоме. Водите о томе дневник (Листа је приложена) следећих десет дана након контакта.</p>		<p>! Дневно очистите више пута тоалет, ручке, рукохвате и друге површине са којима сте у контакту уобичајеним средствима из трговине.</p>	
<p>! Ако живите са осталим, држите се ако је могуће одвојено, добро проветрите просторије. Генерално се требате држати подаље временски и просторно од осталих који живе у домаћинству. (нпр. узимајте засебно оброке, користите одвојено купатило, ако је могуће).</p>		<p>! Одмах позовите телефон за саветовање (1450) одн. кола хитне помоћи (144), ако почињете да се осећате болесно, или имате симптоме инфекције дишних путева, (види горе) или ако из других разлога требате лекарску помоћ. Наведите при томе обавезно на телефон, да сте имали близак контакт са особом САРС-КОВ-2-оболењем. Не идите молимо вас у лекарску ординацију или болницу.</p>	
<p>! Ако наступе горе наведени симптоми информишите ваше надлежне здравствене установе (у току седмице за време радног времена, преко викенда одговарајуће накнадно јављање следећег радног дана.)</p>		<p>! Ваш стан / Ваше домаћинство (место изолације) смете да напустите искључиво за неопходно потребно време трајања за ПЦР-тест или Антиген-Тестсна корона вирус.</p>	



Упуте 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 веш** на темп. 60°C програма прашком за прање.
- **Скупите отпад – кућни отпад и хигијенски отпад** у довлнено великим врећама за смеће, завежите у чвор и препакујте у веће вреће, које сте опет завезали у чвор. Након тога убаците у контејнер за смеће.

Како се преноси вирус?

Вирус се преноси са оболеле особе на другу особу преношењем честица које садрже вирус а које настају путем **дисања, причања, певања, кашљања или кијања**. Директан лични контакт (дужи од 15 минута, размак 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 је особа преносилац заразе?

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 до 10 дана након почетка болести** одн. код **асимптоматских случајева 48 сати 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 инфективно време бити и дуже.

Који симптоми настају у случају оболења?

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

Како се може болест лечити?

Највећи број оболелих су благи случајеви и **не морају се лечити**. Код тешких обољења 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 или www.ages.at
- Coronavirus-Hotline под 0800 555 621
- Код ваших надлежних здравствених установа



Где ћу 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 сати;
www.krisenhilfeooe.at