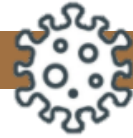




SARS COV 2 INFORMÁCIÓS LAP



Megbetegedés esetén

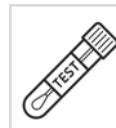
Önnél kimutatták a COVID-19 kórokozót. Az Ön illetékes kerületi közigazgatási hatósága (Bezirkshauptmannschaft/Magistrat) úgy döntött, hogy **járványügyi házi karantén** elrendelése szükséges. Az elkülönítés konkrét időtartamát az illetékes hatóság határozza meg. A vírus könnyen terjed, és a COVID-19 megbetegedés nagyon súlyos is lehet. Ezért fontos, hogy **szigorúan tartsa be az alábbi szabályokat - ezzel magát és másokat is védi!**

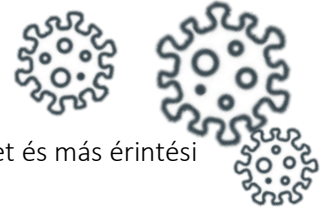
<p>! Ne hagyja el otthonát illetve háztartását!</p>	<p>! Ne fogadjon látogatókat. Külső személyekkel való kapcsolat csak akkor engedélyezett, ha ez egészségügyi szempontból feltétlenül szükséges.</p>
<p>! Kerülje a közvetlen érintkezést másokkal. Ha feltétlenül szükséges közvetlen érintkezés, viseljen FFP2 maszkot és tartson legalább 2 méter beszéd távolságot és fertőtlenítse kezeit a kontaktus előtt. Jegyezze fel az elkerülhetetlen szociális kapcsolatokat.</p>	<p>! Gyakori kézfertőtlenítés (a gyógyszerár által ajánlott termékkel) vagy 20 másodperces szappanos kézmosás. Használjon saját vagy eldobható törülközőt.</p>
<p>! Kérje meg családtagjait, barátait vagy szomszédait, hogy segítsenek a szükséges dolgok beszerzésében (élelmiszer, gyógyszerek és higiéniai cikkek). A bevásárolt árut tegyék egyszerűen az ajtó elé.</p>	<p>! Tartsa be a köhögésre és orrfújásra vonatkozó etikettet (vagyis ha köhög vagy tüsszent, takarja el a száját és az orrát papírzsebkendővel, azonnal dobja ezt egy zárt, különálló hulladékgyűjtőbe, és utána mosson kezet).</p>
<p>! Naponta kétszer mérje meg a testhőmérsékletét, és vezessen naplót (mellékelt lista) a légzési nehézségekről és a testhőmérsékletről.</p>	<p>! Naponta többször tisztítsa a WC-t, a csapokat, a fogantyúkat és más érintési felületeket kereskedelmi forgalomban kapható tisztítószerekkel.</p>
<p>! Ha másokkal él együtt, lehetőség szerint tartózkodjon egy elkülönített, jól szellőztethető helyiségben. A beteg személy tartózkodjon a lakáson belül alapvetően, amennyire csak lehetséges, időben és térben a háztartás többi tagjától elkülönítve (pl. külön étkezés; WC és fürdőszoba időben elkülönített használata). Az ételek elkészítése más családtagok számára nem lehet az Ön feladata.</p>	<p>! Ha romlana az egészségi állapota, azonnal lépjen kapcsolatba telefonon házi orvosával. Ha nem érhető el, forduljon az egészségügyi tanácsadó szolgálathoz (1450) vagy a mentőszolgálathoz (144). Mondja el azt is, hogy COVID-19 betegség miatt házi elkülönítésben van. Kérjük, ne menjen el személyesen az orvosi rendelőbe vagy a kórházba.</p>

Háziorvosával vegye fel telefonon a kapcsolatot és rendszeresen **! tájékoztassa őt állapotáról.** Kórházba szállítás esetén **értesítse az illetékes egészségügyi hatóságot.**



Amennyiben az Ön **esetében újabb tesztre van szükség,** az **illetékes kerületi közigazgatási hatóság** (Bezirkshauptmannschaft/Magistrat) **erről időben tájékoztatni fogja Önt.** A kerületi közigazgatási hatóság tájékoztatja Önt a karanténból való idő előtti szabadulás jelenlegi lehetőségeiről.





Tippek a takarítással, mosnivalóval és hulladékkezeléssel kapcsolatban

- **Naponta többször tisztítsa meg** a WC-t, a csapokat, a fogantyúkat, az ajtókilincseket és más érintési felületeket kereskedelmi forgalomban kapható tisztítószerrel.
- A mosógépben 60°C-os mosási programmal, mosóporral mossa ki a **ruháit**.
- **A háztartási és higiéniai hulladékot** kellően nagy szemeteszsákokba **gyűjtse**, csomózza össze a zsák száját és csomagolja be őket újabb zsákokba, amelyeket szintén kössön be. Ezután dobja ki a vegyes hulladékgyűjtőbe.

Hogyan terjed a vírus?

A vírus a fertőzött személyről egy másikra a vírust tartalmazó részecskék lenyelése útján (cseppfertőzéssel) vihető át, amelyek **légzés, beszéd, éneklés, köhögés vagy tüsszentés során** keletkeznek. A közvetlen személyes érintkezés (15 percnél hosszabb idő, 2 méternél kisebb távolság) jelenleg a legjelentősebb átviteli mód. Sok embernek azonban csak enyhe tünetei vannak. Ez különösen igaz a betegség korai szakaszára. Így **lehetséges, olyan beteg ember által is megfertőződni**, aki **például csak enyhén köhög, és nem érzi magát betegnek**.

Mennyi ideig tart a lappangási idő, és meddig fertőző az ember?

A **lappangási idő** (a fertőzés és a tünetek megjelenése közötti idő) **maximum 14 nap**, általában **5-6 nap**. A **fertőzőképesség tehát már a betegség kezdete előtt 48 órával fennáll és 10 nappal a betegség kezdete utánig eltarthat**, illetve **tünetmentes esetekben a pozitív vizsgálati eredményhez vezető minta vétele előtt 48 órával és 10 nappal a minta vétele után áll fenn fertőzőképesség**. Súlyos vagy tartósan fennálló tünetek illetve mutáció fennállása esetén a fertőző időszak tovább is tarthat

Milyen tünetekkel jár a betegség?

A legtöbb eset enyhe lefolyású, és nem igényel kezelést. Súlyosabb esetekben tüneti kezelés szükséges, azaz a betegség tüneteit kezelik, például lázcsillapítókkal csökkentik a lázat. **Oltásra** 2020 decembere óta van lehetőség.

Hogyan kezelik a betegséget?

A legtöbb eset enyhe, és nem igényel kezelést. Súlyosabb esetekben tüneti kezelés szükséges, azaz a betegség tüneteit kezelik, például lázcsillapítókkal csökkentik a lázat. A **védőoltás** 2020 decembere óta lehetséges.



Hol kaphatok további információkat?

- www.sozialministerium.at vagy www.ages.at
- Coronavírus forródrót a 0800 555 621-es telefonszámon
- Az illetékes kerületi közigazgatási hatóságnál



Hol kaphatok segítséget?

- Az illetékes kerületi közigazgatási hatóságnál
- Rat auf Drat (telefonos tanácsadó): 147
- Telefon Seelsorge (telefonos lelkeségély szolgálat): 142
- Krisenhilfe OÖ (Felső-Ausztriai Krízisszolgálat) Tel.: 0732 2177 - hétfő-vasárnap: 0-24 óra; www.krisenhilfeooe.at