

ИНФОРМАЦИЈЕ ЗА НАСТАВНО ОСОБЉЕ У ШКОЛАМА

Информације и препоруке за школе поводом превенције ширења инфекције корона вирусом које се могу користити за адекватно информисање ученика

Заштитите се од вируса једноставним мерама.

Корона вирус под називом Ковид - 19 изазива болест дисајних органа која се шири са особе на особу путем капљица које се избацују приликом кијања и кашљања оболеле особе.

Већина људи који се заразе новим корона вирусом има благу болест сличну грипу и опоравља се, али код неких се развија тежи облик болести.

Који су симптоми КОВИД - 19?

Лакши облици болести могу личити на прехладу (повишена телесна температура, бол у ждрелу, кијавица, слабост, болови у мишићима). Тежи облици болести се манифестују упалом плућа са повишеном телесном температуром, кашљем и отежаним дисањем. У најтежим случајевима, може доћи до шока, акутног респираторног синдрома и смртог исхода. **Нема доказа да су деца подложнија овом вирусу. Пријављене су инфекције код деце али знатно ређе него код одраслих. Извештаји о деци оболелој од КОВИД-19 указују да су оболела деца углавном имала благе симптоме, док су тешке компликације ретке.**

Колико траје инкубација болести?

Инкубација болести (време од уношења вируса у организам до појаве симптома болести) траје од 2 до 14 дана (у просеку 5 дана).

Како се преноси КОВИД - 19?

Вирус **КОВИД – 19** се преноси са човека на човека капљичним путем, удисањем капљица које је заражени избацио приликом кашља или кијања (слично грипу). Испитују се и други могући путеви преношења овог вируса. Сматра се да је заражени човек најзаразнији док има симптоме болести (кашаљ, кијање).

Ко има повећан ризик да оболи од КОВИД - 19?

Од **КОВИД – 19** могу оболети сви без обзира на узраст. Тежи облик инфекције са упалом плућа и тешку акутну респираторну болест до сада су већином имале старије особе (>65 година), лица са хроничним болестима и ослабљеним имунитетом. **Деца са ослабљеним имунитетом и хроничним болестима имају нешто већи ризик него здрава деца да добију тежи облик болести.**

Заштитите себе и друге од вируса применом следећих мера:

- ❖ **Често и темељно перите руке сапуном и водом, а ако нисте у могућности, истрљајте руке средством на бази алкохола**

Зашто? Препоручује се прање руку сапуном или употреба средства на бази алкохола за дезинфекцију руку који могу смањити број вируса на вашим рукама.

- ❖ **Будите удаљени најмање 1 метар од особе која кашље или кија и избегавајте руковање и грљење**

Зашто? Кад неко кашље или кија, из носа или уста прскају ситне капљице течности које могу садржати вирус. Ако сте преблизу особе која је болесна и кашље, можете удахнути капљице које садрже вирус.

- ❖ **Избегавајте додиривање очију, носа и уста**

Зашто? Руке додирују различите површине и са њих могу покупити вирусе и пренети их у очи, нос или уста, одакле продиру даље у тело и могу изазвати болест.

- ❖ **Примењујте респираторну хигијену, а то значи да покривате уста и нос савијеним лактом или марамицом када кашљете или кијате и одмах затим одложите у смеће употребљену марамицу**

Зашто? Вирус се шири капљицама. Придржавајући се добре респираторне хигијене, штитите људе око себе од прехладе, грипа, па и новог корона вируса.

- ❖ **Ако имате температуру, кашаљ и отежано дисање, потражите лекарску помоћ, избегавајући контакте**

Путници који долазе из подручја интензивне трансмисије вируса, уколико имају симптоме респираторног обољења са повишеном телесном температуром, треба да се јаве на број телефона 064 802 8894 или 064 802 8895 кол-центар Института за јавно здравље Војводине.

- ❖ **Будите информисани, пратите вести на званичним медијима, интренет странама Министрства здравља, института и завода за јавно здравље а не насумичним претраживањем интернета и друштвених мрежа.**
- ❖ **Практикујте здраве навике и животне стилове и пратите савете лекара**