

# COVID-19

## Mit tegyen, ha beteg

### Hívja fel körzeti orvosát

Ha úgy gondolja, hogy ki volt téve a COVID-19 betegségnek, lázas és olyan tünetei vannak, mint a köhögés vagy nehézlégzés, telefonon lépjen kapcsolatba körzeti orvosával.

## Teendők, amelyek segítenek megelőzni a COVID-19 betegség további terjedését, ha Ön már beteg

### A következők szerint járjon el:

Ha Önnél már megjelent a COVID-19 betegség, vagy felmerül a gyanú, hogy megfertőződött a COVID-19 betegséget okozó koronavírussal, az alábbiak szerint járjon el, hogy megelőzze a betegség áttérjedését az Önnel egy háztartásban vagy az Ön környezetében élőkre.

### Maradjon otthon, kivéve ha orvosi ellátásra szorul

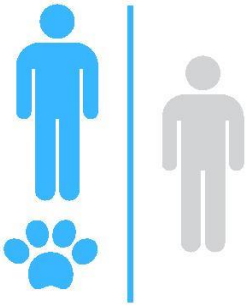
1. Maradjon otthon: Akinél a COVID-19 betegség enyhe tünetekkel jelentkezik, a betegség ideje alatt otthon maradhat, házi karanténban kell tartózkodnia. Korlátozza házon kívüli tevékenységeit, kivéve a szükséges orvosi ellátás esetét.
2. Kerülje a közterületeket: Ne menjen munkába, iskolába, közterületre.
3. Kerülje a városi tömegközlekedést: Ne használja a közösségi közlekedést, és ne utazzon másokkal együtt sem autóval, sem taxival.

### Mielőtt elmenne az orvoshoz, előbb hívja fel

Először telefonáljon: Ha előjegyzett időpontja van az orvosánál, először is hívja fel és mondja meg neki, hogy COVID-19 betegsége van vagy lehet. Ez segít az orvosnak a helyzet megítélésében és abban, hogy megtegye a szükséges lépéseket a fertőzés terjedésének megelőzése érdekében, és megakadályozza, hogy mások is ki legyenek téve a fertőzés veszélyének.

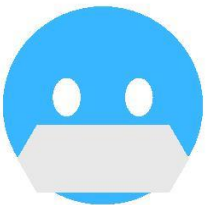


## Különítse el magát az Önnel egy háztartásban élőktől, beleértve az állatokat is

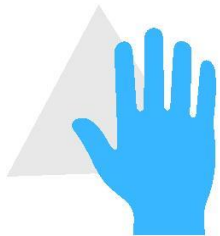


1. Tartsa távol magát a többiektől: Ha megoldható, maradjon a szobájában, távol az Önnel egy háztartásban élőktől. Ha lehet, használjon külön fürdőszobát és WC-t.
2. Kerülje az érintkezést a háziállatokkal: A COVID-19 betegség ideje alatt korlátozza az érintkezést a háziállatokkal és minden más állattal. Ha egyelőre nem merült is fel olyan információ, hogy az állatok is elkapathatják a COVID-19 betegséget, mindenképpen javasolt, hogy a COVID-19 betegségben szenvedők kerüljék az érintkezést az állatokkal, míg nem tudunk többet a vírusról.
3. Ha lehet, a betegség idején bízza az állat gondozását más családtagra vagy barátira. Ha COVID-19 betegsége van, kerülje az érintkezést háziállatával, ne simogassa, ne puszilgassa, ne etesse. Ha a betegség alatt mindenképpen gondoskodnia kell az állatról, vagy állatok közelében kell lennie, mosson kezet az állatokkal való érintkezés előtt és után, és viseljen szájmaszkot.

## Ha beteg, viseljen szájmaszkot



1. Ha beteg: Más személyek vagy állatok közelében viseljen szájmaszkot (pl. ha a szobát vagy az autót meg kell osztania valakivel), és akkor is, ha belép az egészségügyi szolgáltató helyiségébe, ill. a rendelőbe.
2. Ha betegről gondoskodik: Ha a beteg nem tud maszkot viselni (például mert akadályozza a légzésben), a vele együtt élők ne tartózkodjanak vele egy helyiségben, vagy viseljenek maszkot, ha belépnek abba a helyiségbe, ahol a beteg tartózkodik.



## Takarja el a száját, ha köhög vagy tüsszent

1. Mit használjon erre a célra: Ha köhög vagy tüsszent, takarja el a száját és orrát papír zsebkendővel, egy darab anyaggal vagy a ruhájával. Ne a kezébe köhögjön vagy tüsszentsen.
2. Utána dobja el: A használt zsebkendőt dobja ki a szemetesbe. A ruházatát rendszeresen, magas hőfokon mossa
3. Mosson kezet: Azonnal mosson kezet az alábbiak szerint.

## Gyakran mosson kezet



1. Kézmosás: Gyakran mosson kezet szappannal és meleg vízzel. A kézmosás legalább 20 másodpercig tartson, főként orrfúvás, köhögés, tüsszentés vagy WC-használat után, étkezés előtt vagy étel készítése előtt.
2. Kézfertőtlenítők: Szappan és víz hiányában használjon alkoholos kézfertőtlenítőt (legalább 60% alkoholtartalom), egyenletesen oszlassa el a kezén, és teljes száradásig alaposan dörzsölje be.
3. Szappan és víz: A szappan és víz a legjobb választás, ha a keze láthatóan piszkos.
4. Kerülje az érintést: Mosatlan kézzel ne érintse meg a szemét, orrát, száját.

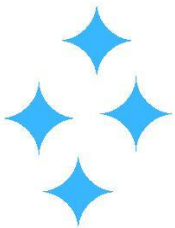


## Kerülje a háztartási eszközök, tárgyak közös használatát

1. Ne használja közösen sem személyllyel, sem állattal a következőket: étel, poharak, csészék, edények, törülközők, ágynemű.
2. Használat után a tárgyakat alaposan mossa el: Használat után mindent alaposan mosson el szappannal és meleg vízzel.

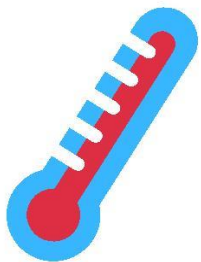
## Naponta fertőtlenítsen minden felületet

1. Tisztítás és fertőtlenítés: Tisztítsa meg azokat a felületeket, amelyekhez hozzáért. Ezeket a felületeket kell megtisztítani: pultok, asztallapok, kilincsek, fürdőszoba kiegészítők, WC-k, telefonok, billentyűzet, tabletek és éjjeli szekrények.
2. Fertőtlenítse a testnedvekkel szennyezett felületeket: Tisztítson le minden felületet, ahol vér, széklet vagy más testnedv fordulhat elő.
3. Háztartási tisztítószer: Használjon tisztítósprayt vagy törlőkendőt a használati utasítás szerint. A használati utasítások tartalmazzák a tisztítószer biztonságos és hatékony használatára vonatkozó utasítást beleértve a termék használata során betartandó biztonsági intézkedéseket is ilyen például a kesztyű használata és a szellőztetés a termék használata során.



## Figyelje a tüneteket

1. Kérjen orvosi segítséget: Ha romlik az állapota (pl. nehézlégzés), kérjen gyors orvosi segítséget.
2. Hívja fel körzeti orvosát: Mielőtt személyesen felkeresné az orvosát, hívja fel, és közölje vele, hogy COVID-19 betegsége van vagy arra tesztelik.
3. Ha beteg, viseljen szájmaszkot: Mielőtt belép az egészségügyi intézménybe, tegye fel a szájmaszkot. Ez segít megelőzni, hogy az adott munkahelyen vagy a váróteremben mások is ki legyenek téve a fertőzésnek vagy megfertőződjenek.
4. Értesítse az egészségügyi intézményt: Az orvos telefonon jelenti a betegség előfordulását a területileg illetékes regionális közegészségügyi hivatalnak (RÚVZ). Mindenkinek, aki aktív monitorozás vagy egyéni megfigyelés alatt áll, a helyi egészségügyi intézmény vagy az egészségügyi dolgozók utasításait kell követnie.



Ha egészségi állapotában rendkívüli változás áll be, hívja a 155-ös telefonszámot, és tájékoztassa a diszpécst, hogy COVID-19 betegsége van vagy lehet. Lehetőleg tegye fel a szájmaszkot, mielőtt megérkezik az orvosi segítség.

## A házi karantén vége



1. Ellenkező utasításig maradjon otthon: Mindenki tartsa be a házi óvintézkedéseket, akiknél már igazoltan megjelent a COVID-19 betegség. Ez mindaddig érvényes, míg minimálisra nem csökken mások megfertőzésének a veszélye.
2. Egyeztessen az egészségügyi szolgáltatójával: A házi karantén megszüntetéséről szóló döntést az egészségügyi szolgáltatókkal, valamint az állami és helyi egészségügyi osztályokkal való konzultációt követően kell meghozni.

## Megjegyzések és magyarázatok

1. A láz lehet szubjektív vagy lázméréssel igazolt.
2. Szoros kapcsolat esetének minősül:
  - az a személy, aki 15 percet meghaladóan 2 méteren belül közvetlen érintkezésbe került valamely COVID-19 beteggel; szoros kapcsolatnak tekintendő az ilyen személyről való gondoskodás, közös lakás, a beteg meglátogatása,
  - a közös orvosi váróterem vagy más helyiségek, ahol COVID-19 beteg tartózkodott, az a személy, aki közvetlen érintkezésbe kerül a COVID-19 beteg fertőző váladékával (pl. köhögés útján).

Ha ilyen kapcsolatra úgy kerül sor, hogy Ön nem viselte a javasolt egyéni védőeszközöket vagy nem viselt védőruházatot (pl. overall, kesztyű, FFP3-as egyszerhasználatos védőmaszk, védőszemüveg), akkor teljesülnek a fertőzés gyanú feltételei (fertőzés gyanús személy).

A szoros kapcsolat meghatározásához szükséges adatok korlátozottak. A szoros kapcsolat elbírálásakor a következőket kell figyelembe venni:

mennyi ideig volt az adott személy kitéve a fertőzésveszélynek (pl. a hosszabb időtartam növeli a fertőzés kockázatát); milyenek a COVID-19 beteg klinikai tünetei (pl. a köhögés valószínűleg növeli a fertőzésveszélyt; érintkezett-e az adott személy súlyos beteggel).

Fokozott figyelmet kell szentelni azoknak, akik az egészségügyi ellátás során vannak kitéve fertőzésveszélynek.

## Közösen legyőzzük a COVID-19 betegséget



[www.korona.gov.sk](http://www.korona.gov.sk)