

COVID-19

Kako se izogniti okužbi in boleznini?

OTROCI SO BOLJ OBČUTLJIVI IN DOVZETNI ZA OKUŽBO

Za male otroke je značilno, da svet spoznavajo s pomočjo okušanja in tipanja in šele usvajajo osnovna pravila higiene. Za razliko od odraslih je imunski sistem otrok še v razvoju, obenem pa se njihov organizem s številnimi povzročitelji bolezni srečuje prvič, zato še nimajo razvitih zaščitnih protiteles. V primerjavi z odraslimi otroci vdihnejo tudi večje količine zraka.

NAČINI PRENOSA OKUŽBE



NEPOSREDNI PRENOS OD OKUŽENE DO OBČUTLJIVE OSEBE

KAPLJIČNO

Ob kašljanju, kihanju, govorjenju (tudi petju), izločamo v bližnje okolje (do 2 m, pri petju do 12 m) ogromno število drobnih kapljic, ki jih s prostim očesom ne zaznamo. V primeru, da je oseba okužena, je v teh kapljicah tudi virus.

AEROSOLNO

Aerosolno širjenje: širjenje preko še bolj majhnih kapljic, podobno, kot se širi cigaretni dimv prostoru – zato je zelo pomembno prezračevanje!



POSREDNI PRENOS OD OKUŽENE DO OBČUTLJIVE OSEBE: KONTAKTNO ŠIRJENJE

Okužena oseba lahko z izločki ob kašljanju, kihanju, govorjenju in petju ali prek okuženih rok virus zanese na različne površine in predmete, kjer lahko ta preživi več dni.

Posameznik se lahko okuži, če si po dotiku okuženih površin in predmetov ne umije rok. Če rok ni možno umiti, jih je potrebno razkužiti, vendar to ne velja za otroke, ker so razkužila na bazi alkohola za otroke prepovedana.

Podobno kot korona virus se širijo številni drugi virusi in bakterije, ki ogrožajo zdravje otrok.

SPLOŠNI PREVENTIVNI UKREPI



- Prezračevanje
- Izogibanje zaprtim in neprezračenim prostorom
- Pogosto umivanje rok s tekočim milom
- Higiena kašljanja, kihanja, smrkavanja
- Izogibanje stika rok z obrazom, sluznicami ust in oči
- Izogibanje stika z živalmi
- Izolacija v primeru bolezni

ZA ODRASLE

- Pravilno nošenje mask v skladu z navodili
- Pravilno razkuževanje rok



Najučinkovitejši ukrep za zaščito pred covid-19 je cepljenje. Gre za enostaven in varen način, ki nas poveča našo zaščito pred okužbo, prav tako pa znatno zmanjša možnost težjega poteka bolezni. Ne štiti le cepljenih posameznikov, temveč z zmanjševanjem širjenja bolezni tudi druge.

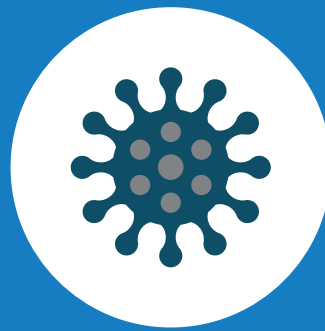
Cepljenje proti covid-19 je na voljo otrokom, starejšim od 5 let.

OKUŽBA S COVID-19



SIMPTOMI IN POTEK OKUŽBE

- Pri 80 % okuženih ima bolezen blag potek.
- Lahko se pojavijo vročina, kašelj, bolečine v žrelu, nahod, slabo počutje, utrujenost, glavobol, bolečine v mišicah in sklepih, izguba vonja in okusa ter prebavne težave.
- Okužba lahko poteka tudi brez simptomov.



SAMOIZOLACIJA

- 10 dni od začetka simptomov oz. 10 dni od potrjenega testa v primeru asimptomatske bolezni
- Prekinitev po 7 dneh v primeru negativnega hitrega (HAGT) testa in je oseba najmanj 24 ur brez povišane telesne temperature oz. je minilo vsaj 24 ur od izboljšanja simptomov.
- Izolacija se lahko prekine kadarkoli med 7. in 10. dnevom v primeru negativnega hitrega testa.
- Po 10 dneh se lahko izolacija prekine tudi brez negativnega hitrega testa.