

Covid-19 v sezoni okužb dihal

Okužbo z virusom SARS-CoV-2 v skladu s strokovnimi smernicami obravnavamo enako kot vsako drugo okužbo dihal. Okužbe dihal povzročata več povzročiteljev, najpomembnejši med njimi so: novi koronavirus, virusi gripe, respiratorni sincicijski virus (RSV), adenovirusi in pnevmokoki.

Za zaščito pred okužbo z novim koronavirusom se tako priporočajo enaki ukrepi kot za zaščito pred drugimi okužbami dihal in cepljenje.

Splošna higienska priporočila za zaščito pred okužbo dihal

Ob simptomih ali znakih okužbe dihal se izogibamo stikom z drugimi osebami (še posebej se izogibajmo stikom z ranljivimi skupinami).

Če to ni mogoče, svetujemo uporabo obrazne zaščitne maske.



Izogibamo se tesnim stikom z osebami, ki kažejo znake akutne okužbe dihal.



Izogibamo se dotikanju obraza.



Vzdržujemo medosebno razdaljo.



Poskrbimo za prezačevanje zaprtih prostorov.



Poskrbimo za čiščenje površin in predmetov.

Upoštevamo higieno kašlja in kihanja.

Uporaba obraznih zaščitnih mask je priporočena za osebe, ki spadajo med ranljive skupine prebivalstva še posebej v okoljih, v katerih je hkrati prisotnih veliko ljudi oziroma v prostorih, ki so zaprti ter slabo prezačeni.



**Več informacij
najdete tukaj.**

NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



**zdravje
JE SKRB
za vse**

COVID-19
V SEZONI OKUŽB DIHAL

Cepljenje

Varen in najučinkovitejši način zaščite pred težkim potekom okužbe z virusom SARS-CoV-2 in morebitnimi dolgotrajnimi posledicami okužbe (»dolgotrajni covid«) je cepljenje.

Cepljenje s posodobljenim cepivom proti covidu-19 je priporočljivo za:

- * oskrbovance domov za starejše občane in socialno-varstvenih zavodov,
- * posebej ranljive kronične bolnike in
- * osebe, stare 65 let ali več.

Priporočamo tudi cepljenje **proti gripi**.

Možno je sočasno cepljenje proti covidu-19 in gripi.

Kroničnim bolnikom, osebam, starejšim od 65 let in otrokom do 5. leta starosti svetujemo tudi cepljenje **proti pnevmokoknim okužbam**.

V zvezi s primernostjo cepljenja za vas se lahko posvetujete tudi z vašim izbranim osebnim zdravnikom ali z osebjem na cepilnem mestu.

Za lokacije cepilnih mest se obrnite na najbližji zdravstveni dom.



**Priporočila
za cepljenje**

Več informacij o cepljenju je na voljo tudi na spletni strani [cepimose.si](https://www.cepimose.si).



**Spletna stran
Cepimo se**

NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



**zdravje
JE SKRB
za vse**

COVID-19
V SEZONI OKUŽB DIHAL

Kako ravnamo ob pojavo simptomov ali znakov okužbe z virusom SARS-CoV-2?

Ob pojavo simptomov ali znakov okužbe dihal (predvsem vročina, kašelj, bolečine v žrelu, glavobol itd.) se svetuje počitek. Izogibamo se stikom z drugimi osebami (še posebej se izogibajmo stikom z ranljivimi skupinami).

Če to ni mogoče, uporabljamo obrazno zaščitno masko.

O potrebi po morebitnem testiranju in o nadaljnjem ukrepanju presodi izbrani osebni oziroma lečeči zdravnik.

Če smo testiranje na prisotnost virusa opravili sami (s hitrim antigenskim testom za domačo uporabo), se ob morebitnem pozitivnem rezultatu testiranja o nadaljnjem ukrepanju posvetujemo z izbranim osebnim zdravnikom.

V skladu s trenutnimi strokovnimi smernicami se izolacija ob dokazu prisotnosti virusa SARS-CoV-2 ne izvaja.

PRAVOČASNO
PREPOZNATI
ZNAKE LASTNEGA
SLABEGA POČUTJA
**je prijazno do
zdravja vseh.**



Spletna stran
NIJZ



Spletna stran
Cepimo se

Aktualne
informacije lahko
spremljamo na
spletni strani
www.nijz.si in
www.cepimose.si.

NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



zdravje
JE SKRB
za vse

COVID-19
V SEZONI OKUŽB DIHAL

Kako ravnamo, če smo bili v (tesnem) stiku z osebo okuženo z virusom SARS-CoV-2?

Ob (tesnem) stiku z osebo, pri kateri je bila potrjena okužba z virusom SARS-CoV-2, priporočamo upoštevanje splošnih higienskih priporočil za zaščito pred okužbo dihal (ob simptomih ali znakih okužbe dihal se izogibamo stikom z drugimi osebami, izogibamo se tesnim stikom z osebami, ki kažejo znake akutne okužbe dihal, vzdržujemo medosebno razdaljo, izogibamo se dotikanju obraza, poskrbimo za higieno rok, kašlja in kihanja, prezračujemo zaprte prostore, čistimo površine in predmete).

Karantene (omejitev gibanja) v primeru stika z okuženo osebo ni.

Aktualne informacije lahko spremljamo na spletni strani www.nijz.si in www.cepimose.si.

OSTATI DOMA, ČE SE
NE POČUTIŠ DOBRO
**je prijazno do
zdravja vseh.**



Spletna stran
NIJZ



Spletna stran
Cepimo se

NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



zdravje
JE SKRB
za vse