

# Як визначити коронавірус на початкових стадіях

Коронавіруси – це велика родина респіраторних вірусів, що можуть спричиняти захворювання: від звичайної застуди до важкого гострого респіраторного синдрому.

У світі реєструють COVID-19. Інкубаційний період становить 14 днів.

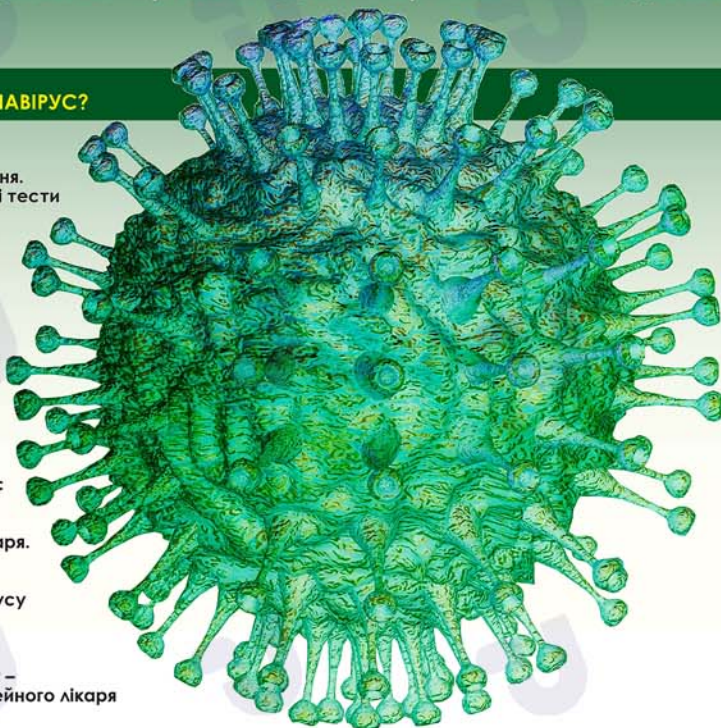
Вірус не можна називати "смертельним", адже відсоток смертності від всіх зафіксованих випадків складає 3,3%

## ЯК ВИЗНАЧИТИ НА ПОЧАТКОВИХ СТАДІЯХ КОРОНАВІРУС?

- \* На початковій стадії коронавірус має такі ж симптоми, що і інші гострі вірусні захворювання. Визначити можуть тільки спеціальні тести
- \* Найпоширенішими симптомами є головний біль, кашель, лихоманка та утруднення дихання, в деяких випадках – діарея або кон'юнктивіт
- \* Новий штам коронавірусу може викликати тяжку форму пневмонії

### ВАЖЛИВО!

Вчасне діагностування. Так як за симптоматикою коронавірус нічим не відрізняється від інших вірусних хвороб, то важливо відразу звернутись до лікаря. Якщо ви протягом останніх 14 днів повернулись із країни, в якій зафіксовані випадки коронавірусу або ж спілкувались із людиною, яка контактувала із тим, хто прибув до України з країн, де зафіксовані випадки коронавірусу – відразу попередьте про це свого сімейного лікаря



## ХТО Є ГРУПОЮ РИЗИКУ?

Перебіг хвороби залежить від імунітету людини. Вразливою групою є люди похилого віку та люди із хронічними хворобами і слабким імунітетом

Контактна особа при випадку COVID-19 – особа, яка наразі не має симптомів, але яка контактувала, або ймовірно контактувала із особою, хворою на COVID-19



Особа, що мали незахищений прямий контакт із інфекційними виділеннями (наприклад через кашель, торкання використаних паперових хустинок голими руками тощо)



Особа, які контактували особисто з хворими на COVID-19 на відстані до 2 метрів та більше 15 хвилин


Особа, які перебували у закритому середовищі з хворими на COVID-19 на відстані до 2 метрів та більше 15 хвилин





Пасажири літака, які сиділи на відстані двох місць (у будь-якому напрямку) від хворого на COVID-19, супутники або особи, які надають догляд та члени екіпажу, що обслуговують в тій частині літака, де розміщений індексний випадок


## ЯК ПЕРЕДАЄТЬСЯ ВІРУС?


Передається краплинним та контактним шляхами

 Вірус не циркулює у повітрі. Він не здатний переміщатись на далекі відстані. Він є тільки в крапельках, які людина видихає під час кашлю чи чхання. Відстань – це гарантія безпеки, заразитись неможливо навіть від інфікованої людини, якщо ви не знаходитеся безпосередньо поруч із інфікованим (нагадуємо, це максимум – 1,5-2 м)

 На поверхнях вірус може жити близько 3 годин. Тому важливо дезінфікувати поверхні, ручки дверей і т.д.

 Переважає контактний шлях, коли вірус потрапляє на слизові оболонки носа, очей через руки або інші предмети (хустинку, рукавиці) після торкання до об'єктів (тварин, м'яса, риби, дверних ручок, поручнів), що забруднені виділеннями із дихальним шляхів хворого чи інфікованого

 Краплинним шляхом вірус передається від людини до людини під час кашлю або чхання у тісному контакті, коли утворюються краплі діаметром понад 5 мкм. Коронавіруси не здатні зберігати заразність під час передавання на далекі відстані. Тому тісним контактом вважають відстань менше 1 м

 Повітряним шляхом віруси передаються від людини до людини через аерозольні часточки (діаметром до 5 мкм), які безперешкодно можуть потрапляти у нижні дихальні шляхи. Цей шлях передавання та інфікування не характерний для коронавірусів, хоч і можливий за певних умов — наприклад, під час процедур з утворенням аерозолію



# COVID-19:

## ризик зараження коронавірусом при різних видах діяльності

Оцінювання проводилося фахівцями Техаської медичної асоціації за 9-бальною шкалою: 1 – найменша вірогідність зараження, 9 – найвищий рівень ризику захворіти

### ЗАРАЖЕННЯ МАЛОЙМОВІРНЕ

отримання паперової пошти (1 бал)

їжа на винос у ресторані (2 бали)

заправка машини (2 бали)

відвідання кемпінгу (2 бали)

гра у теніс (2 бали)

### НИЗЬКИЙ РИЗИК ЗАРАЖЕННЯ

зупинка у готелі на дві ночі (4 бали)

продуктовий шопінг (3 бали)

прогулянка, пробіжка або катання на велосипеді у компанії (3 бали)

гра у гольф (3 бали)

очікування у приймальні лікаря (4 бали)

перекус зовні ресторану (4 бали)

година на дитячому майданчику (4 бали)

прогулянка поживаленим центром міста (4 бали)

відвідання виставки або музею (4 бали)

### СЕРЕДНІЙ РИЗИК ЗАРАЖЕННЯ

відвідання зони барбекю (5 балів)

відвідання пляжу (5 балів)

покупки у торговельному центрі (5 балів)

обід у гостях (5 балів)

перебування дитини в школі, таборі або дитсадку (6 балів)

відвідини родичів або друзів у них вдома (6 балів)

тиждень, відпрацьований в офісному приміщенні (6 балів)

плавання в публічному басейні (6 балів)

### РИЗИК ЗАРАЖЕННЯ ВИЩЕ СЕРЕДНЬОГО

харчування всередині ресторану (7 балів)

відвідання весілля або похорону (7 балів)

подорож літаком (7 балів)

гра в баскетбол або футбол (7 балів)

обійми або потиск рук при вітанні (7 балів)

похід до салону або перукарні (7 балів)

### ВИСОКИЙ РИЗИК ЗАРАЖЕННЯ

обід у їдальні (8 балів)

тренування у спортзалі (8 балів)

відвідання парку розваг (8 балів)

відвідання кінотеатру (8 балів)

відвідання велелюдного концерту (9 балів)

відвідання стадіону (9 балів)

відвідання релігійної служби, де більше 500 осіб (9 балів)

відвідання бару (9 балів)

