



ФАКТИ ПРО НОВУ КОРОНАВІРУСНУ ІНФЕКЦІЮ

Вірус SARS-CoV-2 – новий, тому специфічного лікування чи вакцини проти цієї коронавірусної інфекції поки що не існує. Зокрема, вакцина проти пневмонії не захищає від COVID-19.

Захиститися від інфікування допоможе часте миття рук із милом протягом 20–40 секунд. Обтирання олією та вживання часнику не допоможуть. Не врятує ні полоскання рота ополіскувачем, ні промивання носа

Вакцини проти нового коронавіруса ще не існує

сольовим розчином.

Важливо! Медична маска не захищає від нової коронавірусної інфекції. Носити її повинні лише люди із симптомами респіраторних захворювань, медпрацівники

й особи, що доглядають за хворими або за вимогами органів влади.

Детальніше про найпоширеніші факти щодо нового коронавірусу читайте в нашій добірці.

ФАКТ 1

ВЖИВАННЯ АЛКОГОЛЮ НЕ ЗАХИЩАЄ ВІД НОВОЇ КОРОНАВІРУСНОЇ ІНФЕКЦІЇ

Немає жодних наукових доказів того, що алкогольні напої можуть уберегти від інфікування новим коронавірусом. Навпаки, алкоголь послаблює організм – негативно впливає на психічне та фізичне здоров'я. Пам'ятайте, що безпечної дози алкоголю не існує.

ФАКТ 2

РЕГУЛЯРНЕ ПРОМИВАННЯ НОСА СОЛЬОВИМ РОЗЧИНОМ НЕ УБЕРЕЖЕ ВІД НОВОГО КОРОНАВІРУСУ

Немає доказів того, що регулярне промивання носа сольовим розчином захищає людей від COVID-19. Немає фактів, що свідчать про те, що регулярне промивання носа сольовим розчином може допомогти людям швидше одужати від звичайної застуди. Регулярне промивання носа не допоможе запобігти респіраторним інфекціям.

ФАКТ 3

ВТИРАННЯ ОЛІЇ ТА ВЖИВАННЯ ЧАСНИКУ НЕ ВБЕРІГАЮТЬ ВІД НОВОЇ КОРОНАВІРУСНОЇ ІНФЕКЦІЇ

Ні, олія не вбиває нового коронавірусу. Деякі дезінфекційні засоби можуть знешкодити вірус на поверхнях. Це дезінфектори на основі хлору, ефірні розчинники, 75%-й етанол, надцтова кислота й хлороформ. Проте ці засоби майже або взагалі не впливають на вірус у разі нанесення на шкіру чи навколо носа. Наносити такі хімічні речовини на шкіру може бути небезпечно. Часник – це корисна їжа, яка може мати певні антимікробні властивості. Однак не виявлено доказів, що вживання часнику захищає людей від COVID-19.

ФАКТ 4

ОПОЛІСКУВАЧ ДЛЯ РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ НЕ ЗАХИЩАЄ ВІД НОВОГО КОРОНАВІРУСУ

Немає доказів того, що використання ополіскувача для рота захищає від зараження коронавірусом. Деякі марки ополіскувачів можуть за кілька хвилин усунути певні види мікробів у роті. Однак це не означає, що вони захищають від нової коронавірусної інфекції.

ФАКТ 5

МЕДИЧНА МАСКА НЕ ЗАХИЩАЄ ВІД НОВОЇ КОРОНАВІРУСНОЇ ІНФЕКЦІЇ

Медична маска не захищає від зараження новою коронавірусною інфекцією. Носити її повинні лише люди із симптомами респіраторних захворювань, медпрацівники й особи, що доглядають за хворими або за вимогами органів влади.

Це потрібно для того, щоб захистити їх від біологічних рідин пацієнтів. Водночас, окрім маски, потрібні захисні окуляри або щиток для обличчя, а також регулярно мити руки теплою водою з милом протягом 20–40 секунд.

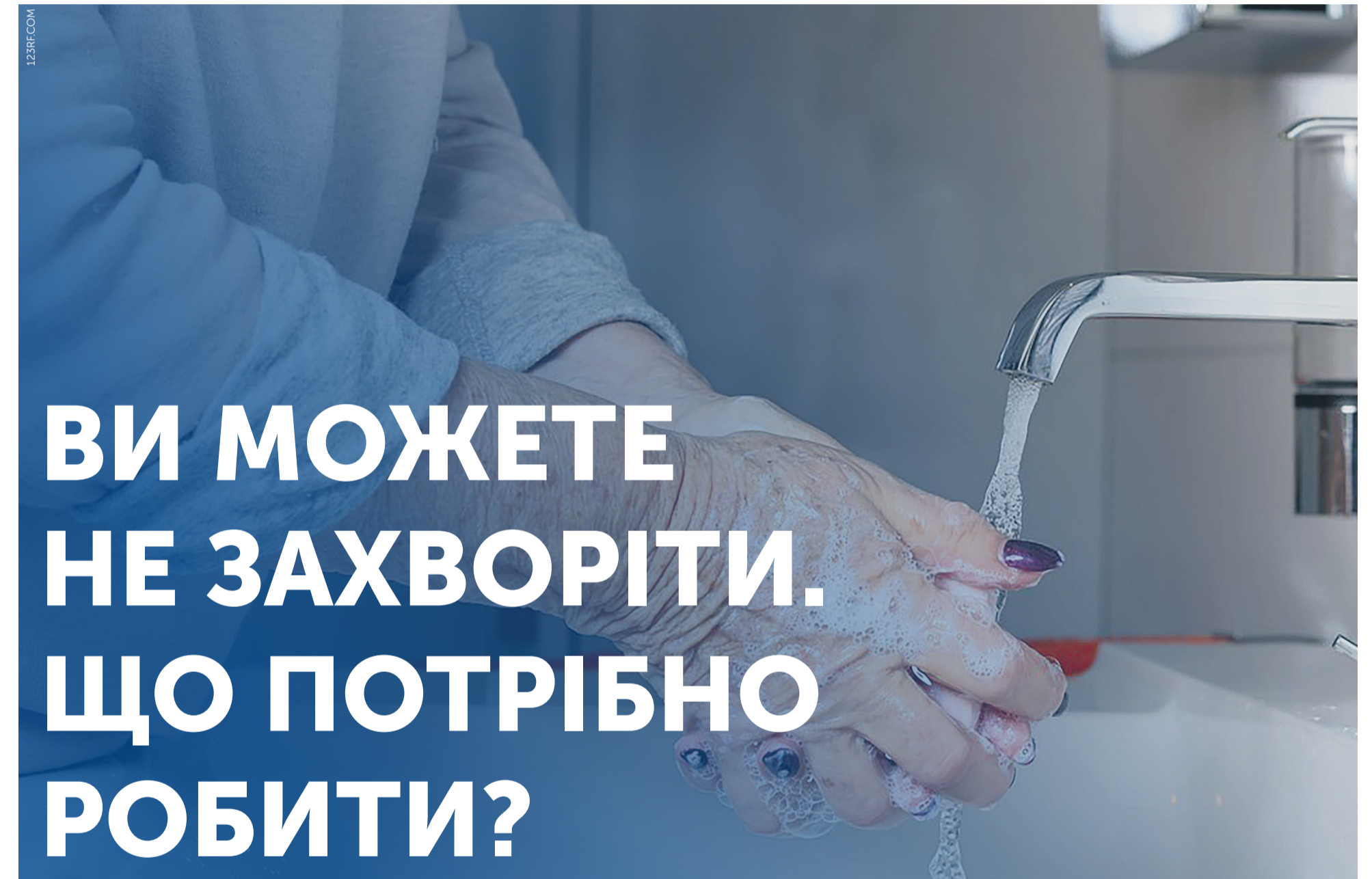
ФАКТ 6

ВАКЦИНИ ПРОТИ ПНЕВМОНІЇ НЕ ЗАХИЩАЮТЬ ВІД НОВОГО КОРОНАВІРУСУ

Вірус новий та особливий. Проти нього потрібна окрема вакцина. Дослідники за підтримки ВОЗ розробляють її. Вакцини проти пневмонії, пневмококів і гемофільної інфекції типу В (Hib) не захищають від нового коронавірусу. Разом з тим вакцинація проти респіраторних захворювань рекомендована для захисту вашого здоров'я.

ЩО ВАРТО ЗНАТИ ВСІМ: НОВИЙ КОРОНАВІРУС

ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЮЛЕТЕНЬ



ВИ МОЖЕТЕ НЕ ЗАХВОРИТИ. ЩО ПОТРІБНО РОБИТИ?

Коронавірус – це група респіраторних вірусів, які відомі людству давно. Їх існує понад 40 видів. Однак у грудні 2019 р. в китайському м. Ухань уперше зафіксували новий вірус такої групи. Проте називати його «китайський» було б неправильно. Цей новий коронавірус спричиняє гостре респіраторне захворювання, яке називається COVID-19 (читається як «ковід-19»).

Новий коронавірус передається від людини до людини краплинним і контактним шляхами. Він не перебуває в повітрі постійно, бо не здатен переміститися на великій відстані. Вірус є тільки в крапельках, які хвора

людина видихає під час кашлю або чхання. Відстань – це гарантія безпеки. Тому заразитися неможливо навіть від інфікованої людини, якщо ви перебуваєте на відстані понад 1,5 м.

У більшості людей, які хворіють на COVID-19, симптоми нагадують звичайну ГРВІ (гостру респіраторну вірусну інфекцію). Власне, ця недуга і є ГРВІ, але її спричиняє невідомий раніше збудник.

Всесвітня організація охорони здоров'я оцінює летальність від нового коронавірусу на рівні 3,4%. Це означає, що з 1 000 заражених 34 людини помирає.

В інфікованої людини розвивається респіраторне захворю-

вання різної тяжкості із такими основними симптомами:

- гарячка;
 - кашель;
 - задишка (ускладнене дихання).
- Симптоми можуть з'явитися через 2–14 днів після зараження новим коронавірусом. У багатьох пацієнтів розвивається запалення обох легень.

3 однієї тисячі заражених 34 людини помирає

Найчастіше вірус потрапляє на слизові оболонки рота, носа, очей через руки або інші предмети (хустинку, рукавички) після торкання до поручнів, дверних ручок та інших об'єктів, забруднених виділеннями з дихальних шляхів хворого чи інфікованого.

Чи можна заразитися від тварин?

Немає офіційних підтверджень, що домашні тварини, як-от собаки чи коти, можуть бути переносниками нового коронавірусу. Проте після контакту з домашніми тваринами рекомендуємо мити руки з милом.

Чи передається вірус через овочі або фрукти?

Немає жодних даних про передавання вірусу через овочі або фрукти. Нагадуємо, що фрукти й овочі потрібно ретельно мити перед уживанням, але це стандартна рекомендація.

Скільки вірус живе на поверхнях?

Вірус може жити на поверхнях від 3-х годин до кількох днів. Конкретні терміни залежать від ряду умов, наприклад, типу поверхні, температури й вологості навколишнього середовища. Тому важливо дезінфікувати контактні поверхні – ручки дверей, поручні, предмети загального використання тощо.

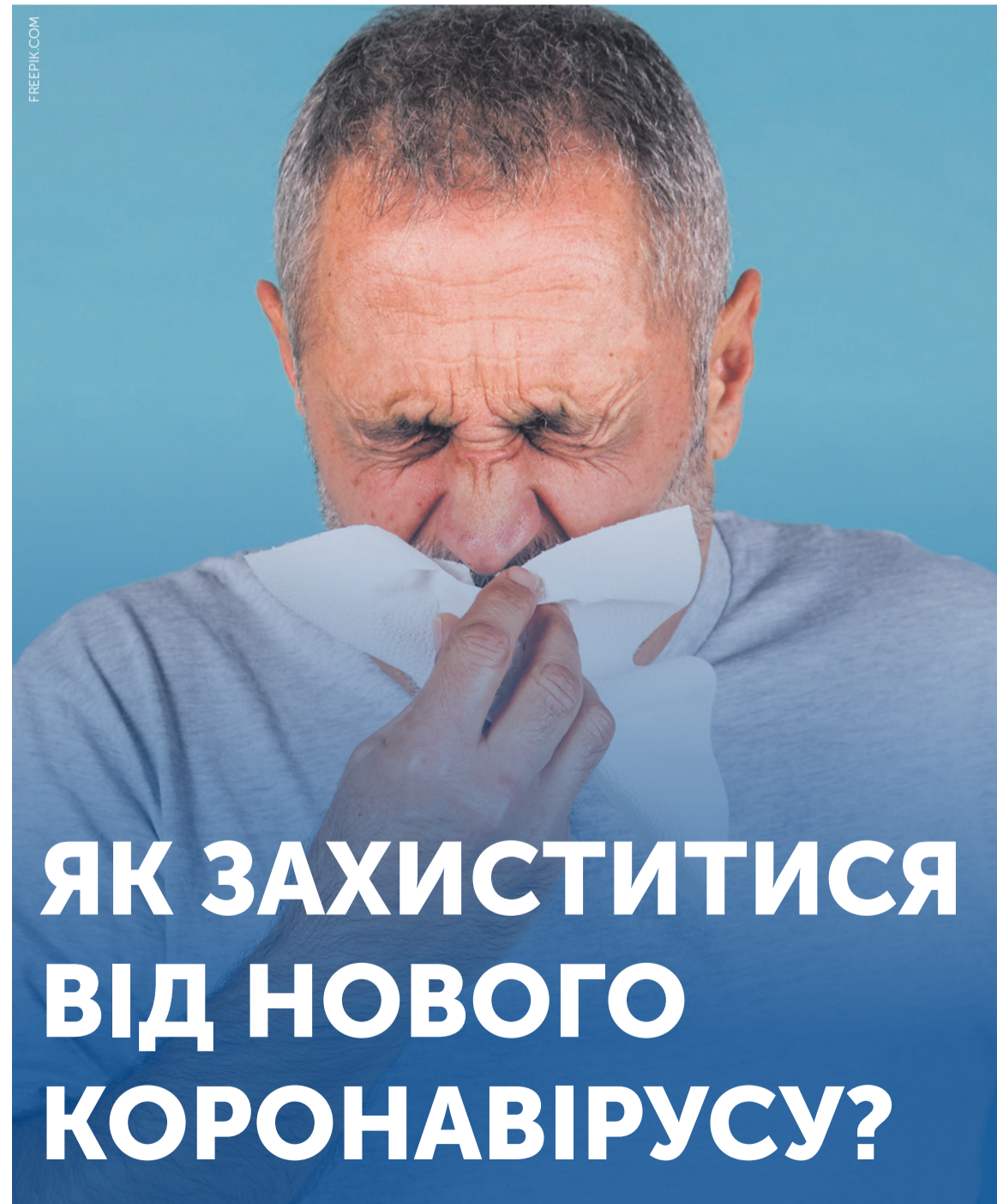
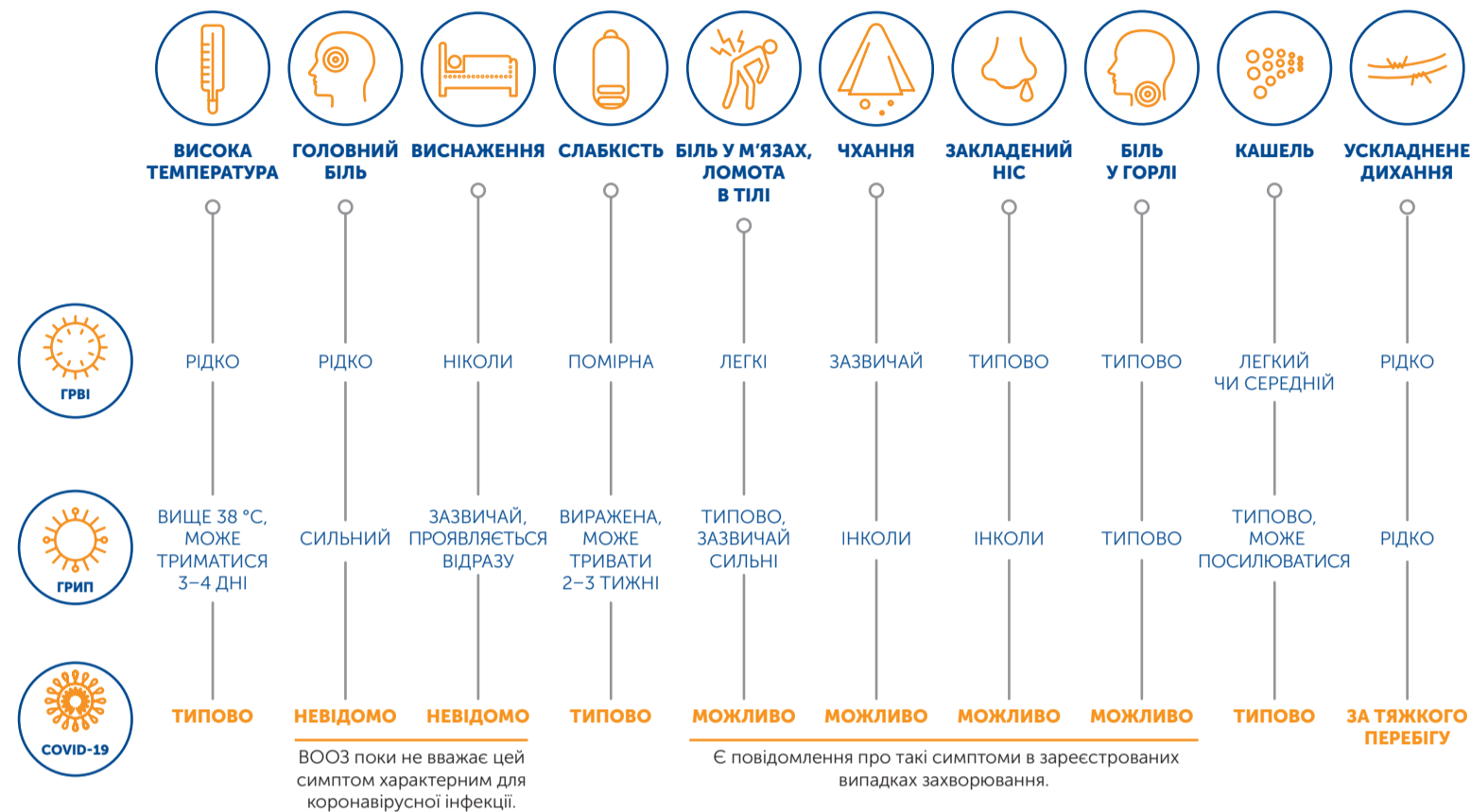
ЧИМ НОВИЙ КОРОНАВІРУС ВІДРІЗНЯЄТЬСЯ ВІД ГРИПУ?

Коронавірусна інфекція та грип спричиняють респіраторне захворювання, що може мати як легку, так і важку форму. І навіть призвести до смерті.

Новий коронавірус і віруси грипу передаються краплинним шляхом. Тому, щоб запобігти поширенню інфекції, часто й ретельно мийте руки з милом протягом 20–40 секунд. Кашляйте й чхайте слід у згин ліктя або в одноразову серветку, яку після цього треба негайно викинути в смітник із кришкою.

Вакцини проти нової коронавірусної інфекції не існують, але є протівірусні препарати й вакцини для захисту від грипу. Щорічна вакцинація є доведеним ефективним засобом запобігання грипу та його ускладненням.

Не варто боятися щеплень під час пандемії нового коронавірусу. Вакцинація не підвищує ризику інших інфекцій, тобто не перешкоджає імунній системі та не послаблює захисту.



ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ВІД НОВОГО КОРОНАВІРУСУ?

Наразі немає вакцини для захисту від нової коронавірусної інфекції. Найкращий спосіб уберегтися – уникнути впливу цього вірусу, тобто якомога менше виходити на вулицю й тісно контактувати з іншими людьми.

Не існує специфічного протівірусного лікування від нового коронавірусу. Інфіковані люди мають звертатися по медичну допомогу, щоб полегшити симптоми.

ЯК УБЕРЕГТИСЯ ВІД ІНФІКУВАННЯ?

- 1,5 м** Тримайте дистанцію не менше 1,5 метра від людей із симптомами ГРВІ.
- Не торкайтеся свого обличчя руками. Особливо уникайте доторків до очей, носа та рота, оскільки саме через них інфекції найлегше проникнути в організм.
- Під час приготування їжі термічно обробляйте продукти.
- Ретельно та часто мийте руки теплою водою з милом протягом 20–40 секунд. Немає можливості помити руки? Обробіть їх антисептиком із вмістом спирту щонайменше 60 %.
- Під час кашлю та чхання прикривайте ніс і рот не долонею, а згином ліктя чи одноразовою серветкою.

Якщо відчували симптоми ГРВІ, зателефонуйте своєму сімейному лікарю та дізнайтеся про подальші дії.



КУРІННЯ ТА КОРОНАВІРУСНА ІНФЕКЦІЯ

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, люди із серцево-судинними та респіраторними захворюваннями (спричиненими, зокрема, курінням) мають високий ризик тяжкого перебігу нової коронавірусної інфекції.

Дослідження 55 924 лабораторно підтверджених випадків COVID-19 у Китаї показують, що смертність значно вища серед пацієнтів із хронічними недугами: діабетом, серце-

во-судинними та респіраторними захворюваннями, раком тощо.

Куріння збільшує ймовірність будь-якої інфекції нижніх дихальних шляхів, а новий коронавірус уражає насамперед дихальну систему. До того ж куріння є головною причиною серцево-судинних захворювань у всьому світі. Це може зробити пацієнтів-курців сприйнятливими до важких симптомів, а отже, збільшити ймовірність летального випадку.

ХТО В ГРУПІ РИЗИКУ?

Перебіг хвороби залежить від імунітету людини, однак найбільш уразлива група – це люди похилого віку. Згідно з даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, смертність від нової коронавірусної інфекції серед людей віком 60–69 років становить 3,6 %, а серед людей старших за 80 років – аж 14,8 %. Це означає, що на 1 000 людей віком від 80 років припадає 148 летальних випадків. До групи ризику також належать медичні працівники й інші люди, які контактували з хворим: наприклад, потискали йому руку чи перебували з ним у закритому приміщенні понад 15 хвилин на відстані менше ніж 2 метри.

ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ВІД COVID-19 НА РОБОТІ?

Всесвітня організація охорони здоров'я оцінює летальність від COVID-19 на рівні 3,4 %. Однак стрімке зростання кількості хворих не означає, що захворієте саме ви. Щоб захиститися від інфікування, варто виконувати прості правила:

- перейдіть на дистанційний режим роботи;
- регулярно та ретельно мийте руки з милом упродовж 20–40 секунд;
- регулярно дезінфікуйте контактні поверхні та предмети спільного використання.

Якщо немає можливості працювати дистанційно, у робочому просторі мають бути:

- дезінфектори;
- місця для миття рук теплою водою з милом;
- відстань між працівниками 1,5–2 метри.

У разі появи симптомів ГРВІ на робочому місці працівник має надягнути захисну маску (щоб убезпечити інших), самоізолюватися та зв'язатися зі своїм лікарем. Роботодавцю варто прийняти швидке рішення про переведення такого працівника на дистанційну роботу. Якщо вам різко стає зле, самоізолюйтеся та зателефонуйте до швидкої медичної допомоги. Виконуйте вказівки лікарів: вони знають, як вам допомогти.



ПОТРЕБУ В АНАЛІЗІ НА НОВИЙ КОРОНАВІРУС ВИЗНАЧАЄ ЛИШЕ ЛІКАР

Де можна перевіритись на нову коронавірусну інфекцію?

Що таке тест-система?

Як підготуватися до діагностики?

Коли буде результат?

Тестування здійснює вірусологічна референс-лабораторія Центру громадського здоров'я України (Київ), а також обласні лабораторії. Купити тест-систему для самостійного користування неможливо.

Це комплект реагентів для досліджень методом полімеразної ланцюгової реакції з метою визначення нового коронавірусу. Комплект складається з набору реагентів, кожен із яких міститься в окремій емності визначеного об'єму.

Підготовку пацієнта до діагностики має забезпечити лікар.

Від моменту отримання зразка лабораторією в середньому потрібно 5–7 годин робочого часу для визначення результату.

- У разі поширення коронавірусу у вашій громаді, всі, хто має навіть легкий кашель та дещо підвищену температуру, повинні залишатися вдома.
- Регулярно та ретельно мийте руки.
- Поверхні (столи та полиці) та предмети (телефон, клавіатура) слід регулярно протирати засобом для дезінфекції.
- Медичними масками повинні користуватися ті, у кого з'явився нежить або кашель на роботі. Викидати маски та паперові серветки потрібно лише у закриті смітники.
- Дотримуйтеся будь-яких місцевих обмежень на поїздки, пересування та масові збори.