



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Ministerul Federal al Afacerilor Interne din Elveția (EDI)  
Biroul Federal Pentru Sănătate din Elveția (BAG)

## Noul coronavirus

Data actualizării. 03.04.2020.

# CUM SĂ NE PROTEJĂM.

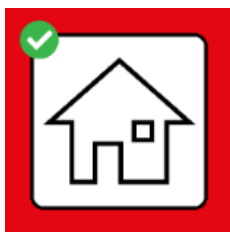


## Fișă informativă

Informații importante privind noul coronavirus și regulile de comportament și de igienă.

## Ce puteți face?

**Rămâneți acum acasă. Salvați vieți.**



### Cu excepția următoarelor situații:

- Lucrul de acasă nu este posibil și trebuie să vă deplasați la locul de muncă.  
Agățătorii au obligația de a asigura protecția angajaților
- Achiziționarea de alimente
- Deplasare la medic/farmacie
- Acordare de ajutor pentru alte persoane

**Ați împlinit vârsta de 65 ani sau prezentați simptome?**

**Dacă da, vă recomandăm insistent să rămâneți acasă!**

Există o singură situație de excepție: Trebuie să vă deplasați la medic

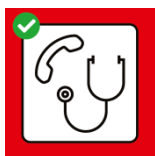
**Acționați în mod consecvent, conform regulilor de igienă și de comportament.**



Păstrați distanța.



Nu dați mâna.



Contactați telefonic  
medicul de familie sau  
unitatea de primiri  
urgente, înainte de a vă  
prezenta.



Spălați-vă bine pe mâini.



Tușiți și strănutați în  
șervețele sau în pliul cotului.

# Întrebările frecvente și răspunsurile referitoare la noul coronavirus

## Contactarea și riscurile

Elveția se află într-o situație extrem de serioasă. Numărul persoanelor afectate de noul coronavirus crește dramatic. Sunt multe persoane bolnave. Unele persoane prezintă doar simptome ușoare. Însă și aceste persoane răspândesc virusul. Această boală poate fi și letală. Persoanele periclitare în mod deosebit sunt: Persoanele care prezintă risc crescut de îmbolnăvire gravă.

### De ce sunt aceste reguli de igienă și de comportament atât de importante?

Noul coronavirus este un nou tip de virus, împotriva căruia încă **nu există încă vaccin (sistem imunitar). Acest virus se răspândește și îmbolnăvește repede.** Din acest motiv, răspândirea noului coronavirus trebuie încetinită cât mai mult posibil.

Trebuie protejate în special persoanele, care prezintă risc înalt de îmbolnăvire gravă. Astfel de persoane sunt persoanele care au împlinit vârsta de 65 de ani și persoanele care prezintă suferă de stări agravante. Astfel de stări agravante sunt:

- **Hipertensiunea,**
- **Diabetul,**
- **Afecțiunile cardio-vasculare,**
- **Bolile cronice la nivelul căilor respiratorii,**
- **Cancerul și**
- **Afecțiunile și terapiile care implică slăbirea sistemului imunitar.**

Prin respectarea strictă a regulilor de comportament și de igienă, asigurăm protecție pentru aceste persoane. Prin respectarea regulilor menționate facilităm aplicarea tratamentelor corespunzătoare pentru aceste persoane cu boli grave, în unitățile sanitare. În secțiile de terapie intensivă numărul saloanelor și a ventilatoarelor este limitat.

### Cum se transmite noul coronavirus?

Noul coronavirus se transmite în special prin contact strâns de lungă durată. În cazul în care față de o persoană bolnavă este păstrată distanță o mai mică de 2 metri.

Transmiterea are loc

- Prin **stropi**: Prin **strănuturi sau tuse** ale unei persoane bolnave virusii pot ajunge direct în membrana mucoasă a nasului, în gura sau în ochii celeilalte persoane.
- Prin **mâini**: În urma strănuturilor și ale tusei stropii ajung pe mâini. Virusii se pot contacta și prin atingerea unor suprafețe infectate cu virusi. Astfel, în urma contactului cu astfel de suprafețe virusii ajung în gură, în nas sau în ochi.

### Când prezintă o persoană risc de contaminare?

Acordați atenție următoarelor: Persoanele afectate de noul coronavirus prezintă pericol de îmbolnăvire pentru o lungă perioadă de timp. Mai exact:

- **O zi înainte de apariția** simptomelor – așadar, înainte ca persoana în cauză să observe că este bolnavă.
- **Pe durata persistării simptomelor persoanele prezintă risc înalt de transmitere a bolii.**
- **Până la minim 48 de ore, după** recăpătarea senzației de vindecare. Din acest motiv, continuați să păstrați distanță și spălați-vă mâinile în regulat cu săpun.

## Comportați-vă, de parcă ați prezenta pericol de infectare!

- Rămâneți acasă
- Spălați-vă mâinile cu săpun, în mod regulat.
- Dacă trebuie să părăsiți locuința: Păstrați o distanță minimă de 2 metri față de celelalte persoane.
- Evitați grupurile de persoane.
- Nu formați cu alte persoane grupuri mai mari de 5 persoane.
- Păstrați întotdeauna distanța de 2 metri și în cadrul grupurilor mici.
- Prezentați-vă la un cabinet medical sau la unitatea de primiri urgențe doar după convenirea acestui fapt prin telefon.

## Simptomele, diagnosticarea și tratamentul

### Care sunt simptomele în cazul îmbolnăvirii cu noul coronavirus?

Pot apărea următoarele simptome:

- Tuse (de obicei, uscate)
- Dureri de gât
- Probleme de respirație
- Febră, senzație de febră
- Dureri musculare

Rare sunt simptomele:

- Dureri de cap
- Simptome la nivelul sistemului digestiv
- Pierderea simțului olfactiv și/sau gustativ
- Conjunctivită
- Rinită

Simptomele se manifestă cu intensitate diferită, unele sunt mai puternice, altele mai slabe. De asemenea, pot apărea și diferite complicații, de ex. pneumonia.

Nu toate persoanele cu simptome sunt testate pentru noul coronavirus. În cazul în care prezentați una sau multe dintre simptomele menționate este posibil să suferiți de noul coronavirus.

### Care este tratamentul potrivit în cazul îmbolnăvirii cu noul coronavirus?

Tratamentul este limitat la ameliorarea simptomelor. Persoanele bolnave trebuie izolate, în scopul protejării celorlalte persoane. În cazul agravării bolii este necesară, de obicei, internarea în secția de terapie intensivă. În anumite cazuri este necesară și folosirea ventilatoarelor.

### Ce trebuie să fac, dacă prezint simptome?

Citiți instrucțiunile de „autoizolare” (în germană: „Selbst-Isolation”) menționate pe pagina web [www.bag.admin.ch/neues-coronavirus/](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus/) / [www.ofsp.admin.ch/nouveau-coronavirus/](http://www.ofsp.admin.ch/nouveau-coronavirus/) / [www.ufsp.admin.ch/nuouvo-coronavirus](http://www.ufsp.admin.ch/nuouvo-coronavirus) și acționați cu consecvență, respectând aceste instrucțiuni. În cazul în care nu înțelegeți limba în care informațiile sunt comunicate, vă rugăm apelați la o persoană, care să vă explice aceste informații.

În continuare sunt menționate cele mai importante măsuri de implementat în cazul constatării apariției simptomelor:

- Izolați-vă într-o cameră și asigurați-vă că ușa este mereu închisă. Aerisiți în mod regulat.
- Evitați orice contact cu alte persoane.
- Acționați în mod consecvent, conform regulilor de igienă.
- Ieșiți din casă cel mai devreme după 48 de ore de la momentul încetării simptomelor. Trebuie să treacă minim 10 zile de la data apariției simptomelor.

**În cazul în care împliniți vârsta de 65 de ani sau dacă suferiți de o boală, contactați imediat medicul în momentul apariției simptomelor. Acționați astfel, chiar și la sfârșit de săptămână.**

**În cazul în care încă nu ați împlinit vârsta de 65 de ani și nu suferiți de nicio boală: Contactați medicul în momentul în care constatați deteriorarea stării de sănătate. În special dacă vă confrunțați cu probleme de respirație.**

## Ce trebuie să fac, dacă am intrat în contact cu o persoană care prezintă simptome de coronavirus?

Acordați atenție următoarelor:

- 1) Locuiți în aceeași încăpăre cu o persoană, care prezintă un simptom sau mai multe simptome de coronavirus?
- 2) Sau ați intrat în contact intim (de ex. îmbrățișări, săruturi) cu o persoană, care ulterior în următoarele 24 de ore a prezentat un simptom sau mai multe simptome de coronavirus?

Ați răspuns cu Da la întrebarea 1) sau 2)? Dacă da, este posibil ca și dvs. să fi contactat această boală. Este important să evitați molipsirea altor persoane.

Citiți instrucțiunile de „autocarantinare” (în germană: „Selbst-Quarantäne”) menționate pe pagina web [www.bag.admin.ch/neues-coronavirus/](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus/) / [www.ofsp.admin.ch/nouveau-coronavirus/](http://www.ofsp.admin.ch/nouveau-coronavirus/) / [www.ufsp.admin.ch/nuouvo-coronavirus/](http://www.ufsp.admin.ch/nuouvo-coronavirus/) și acționați cu consecvență, respectând aceste instrucțiuni. În cazul în care nu înțelegeți limba în care informațiile sunt comunicate, vă rugăm apelați la o persoană, care să vă explice aceste informații.

În continuare sunt menționate cele mai importante măsuri, ale căror implementare este obligatorie:

- Rămâneți acasă timp de 10 zile.
- Evitați contactul cu alte persoane. Excepții: Persoanele din aceeași gospodărie, plasate, de asemenea, în carantină.
- Asigurați-vă că lucrurile necesare sunt livrate de familie sau prieteni.
- Acționați în mod consecvent, conform regulilor de igienă.

**În cazul în care intervalul menționat apar simptomele specifice, acționați conform instrucțiunilor menționate capitolul „Ce trebuie să fac, dacă prezint simptome?”.**

## **Aveți probleme, vă simțiți bolnav(ă) sau prezentați simptome fără legătură cu noul coronavirus?**

Problemele de sănătate, bolile și simptomele fără legătură cu noul coronavirus trebuie abordate cu seriozitate și trebuie tratate în continuare. Solicitați ajutor, nu așteptați prea mult: apelați la un medic.

## **Alte informații**

### Adunarea a mai multor de 5 persoane este interzisă.

În data de 20. martie 2020 Consiliul Federal Elvețian a interzis adunarea în public a unui număr mai mare de 5 persoane. Prin public se face referire la locurile publice, la alei, la locurile de parcare și la alte locuri similare. În cazul care că întâlniți cu o altă persoană aveți obligația de a păstra o distanță minimă de 2 metri față de persoana în cauză. Nerespectarea acestei prevederi poate fi sancționată cu amendă. În cazul persoanelor, indiferent de categoria de vârstă, sunt valabile următoarele: Respectați interdicțiile și măsurile impuse de Consiliul Federal Elvețian și acționați conform recomandărilor. Protejați-vă și evitați contaminarea altor persoane!

### Întâlnirea cu cercul de prieteni este permisă?

**În principiu, sunt valabile următoarele: Rămâneți acasă.** În cazul persoanelor bolnave sau care au împlinit vârsta de 65 de ani recomandăm părăsirea locuinței doar în situațiile excepționale.

**Adunarea a mai multor de cinci persoane în spațiul public este interzisă. Această prevedere este valabilă și în cazul familiilor numeroase sau al comunităților.** Nerespectarea acestei prevederi poate fi sancționată cu amendă de către poliție.

În cazul întâlnirii a cinci sau mai puține persoane, menținerea distanței minime de 2 metri este obligatorie. Desigur, mamele au voie să țină mâna copiilor și un bărbat are voie să își sprijine soția, care întâmpină dificultăți de deplasare.

Reduceți contactele sociale la minimul absolut. Asta înseamnă, de exemplu:

- Evitați ieșirile cu colegii și colegile de la serviciu.
- Evitați petrecerile private
- Evitați să jucați fotbal cu prietenii
- Fără invitații la zilele de naștere ale copiilor

Evitați întâlnirile persoane și cu grupurile de mai mult de cinci persoane și asigurați-vă că distanța minimă de 2 metri este mereu păstrată. Respectați regulile de igienă și de comportament.

#### Ce pot să fac, dacă în spital limba vorbită de mine nu este vorbită sau înțeleasă?

Apelați încă de la început la serviciile unui interpret. Serviciile de interpretare pot fi oferite și prin telefon. În cazul contractării serviciilor unui interpret profesionist, prezența rudelor în scop de interpretare nu este necesară, și astfel protejați aceste persoane împotriva expunerii. În cazul intervențiilor medicale aveți dreptul de a fi înțeles, și de a înțelege ce vi se întâmplă.

#### Trebuie să rămâneți acasă și aveți nevoie de alimente sau de medicamente?

##### Sau doriți să ajutați?

Cel mai simplu este să vă uitați în jur:

- Puteți solicita ajutor de la cineva?
- Sau vă puteți oferi ajutorul cuiva?

Alte modalități:

- Apelați la comunitate sau la autoritățile locale
- Folosiți aplicația „Five up”
- Accesați pagina web [www.hilf-jetzt.ch](http://www.hilf-jetzt.ch) / [www.aide-maintenant.ch](http://www.aide-maintenant.ch)

Sunt valabile și următoarele: Asigurați-vă de respectarea permanentă a regulilor de igienă și de comportament.

#### Aveți copii?

Evitați îngrijirea copiilor de către bunici sau de către alte persoane incluse în categoria de risc. Asigurați-vă de faptul că într-un grup sunt **maxim cinci copii**. Asigurați-vă de faptul că grupurile de copii sunt constante; însemnând că un grup este format mereu din aceiași copii. În timp ce copii se joacă, formarea de grupuri de către adulți este interzisă.

#### Sunteți îngrijorat(ă) și doriți să vorbiți cu cineva?

În continuare sunt menționate câteva surse de informații:

- Consultați paginile web [www.dureschnufe.ch](http://www.dureschnufe.ch) / [www.santepsy.ch](http://www.santepsy.ch) / [www.salutepsi.ch](http://www.salutepsi.ch)
- Consultanță telefonică: 143 (Mâna oferită)

#### Vă simțiți în pericol acasă? Aveți nevoie de ajutor sau de protecție?

- Accesați [www.opferhilfe-schweiz.ch](http://www.opferhilfe-schweiz.ch) / [www.aide-aux-victimes.ch](http://www.aide-aux-victimes.ch) / [www.aiuto-alle-vittime.ch](http://www.aiuto-alle-vittime.ch) găsiți numerele de telefon și adresele de e-mail destinate consultanței și protecției sub anonimat, pe întregul teritoriu al Elveției.
- În situații de **urgență** apelați numărul de telefon al poliției: Număr de telefon: **117**

Alte numere de telefon importante:

- Numărul de telefon pentru **urgente medicale** (salvarea) **144: Acest** număr este disponibil pe întregul teritoriu al Elveției și poate fi apelat oricând, dacă survin situații medicale de urgență.
- **Numărul de telefon pentru informații** despre noul coronavirus: Apelați numărul de telefon **(+41) 058 463 00 00** pentru a afla informații despre noul coronavirus.
- **Dacă nu aveți medic de familie: Medgate** vă este la dispoziție la numărul de telefon **(+41) 0844 0844 911**, 24 ore din 24, 7 zile din 7, 365 de zile/an.

## Protecția la locul de muncă

Elveția trebuie să funcționeze în continuare. Persoanele care au posibilitatea de a lucra acasă ar trebuie să acționeze astfel. În cazul în care lucrați pe șantier, într-un magazin sau într-o fabrică, vă rugăm respectați regulile de igienă și de comportament definite de Biroul Federal Pentru Sănătate din Elveția. Angajatorii au, de asemenea, de a respecta regulile de igienă și de distanță. În scopul asigurării siguranței personalului este obligatorie implementarea de măsuri organizatorice și tehnice corespunzătoare. Întreprinderile, care nu implementează astfel de măsuri sau nu au posibilitatea de a implementa aceste măsuri, pot fi închise.

**Vă mulțumim pentru contribuția la funcționarea țării noastre.**

## Ce este noul coronavirus?

### Ce este SARS-CoV-2 și ce este COVID-19?

Noul coronavirus a fost descoperit în China la sfârșitul anului 2019, în urma creșterii semnificative a cazurilor de pneumonie în orașul Wuhan, aflat în zona centrală a Chinei. Virusul a fost denumit SARS-CoV-2 și face parte din familia agentului patogen „Middle-East Respiratory Syndrome” (MERS - sindromul respirator din Orientul Mijlociu) și „sindromul respirator acut sever” - SARS.

În data de 11. februarie 2020, OMS a denumit oficial boala cauzată de noul coronavirus: COVID-19, prescurtarea de la „coronavirus disease 2019” sau în germană „Coronavirus-Krankheit 2019”.

Informațiile disponibile în prezent arată faptul că virusul a fost transmis de animale către om și că virusul poate fi transmis doar de la om la om. Cel mai probabil locul de origine al virusului este piața de pește și de animale din orașul Wuhan, izolat între timp de către autoritățile din China.

## Alte informații:

[www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch)

[www.bag.admin.ch/neues-coronavirus](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus)

(germană, franceză, italiană, engleză)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

**Bundesamt für Gesundheit BAG**  
**Office fédéral de la santé publique OFSP**  
**Ufficio federale della sanità pubblica UFSP**  
**Federal Office of Public Health FOPH**