



Novi virus korona

Ažurirano dana 6. 6. 2020.

OVAKO ĆEMO SE ZAŠTITITI.



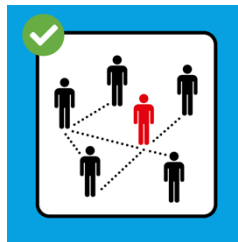
Informativni list

Važne informacije o novom virusu korona i o pravilima ponašanja i higijene.

Sada je neophodno da se pridržavamo novih pravila:



Ako primetite simptome bolesti, odmah se testirajte i ostanite kod kuće.



Kako bi se utvrdilo sa kim ste bili u kontaktu, obezbedite što je moguće više kontaktnih podataka.



Ako je nalaz testa pozitivan: izolacija.

Ako ste imali kontakt sa osobom koja ima pozitivan nalaz na testu: karantin.

I dalje se pridržavajte pravila higijene i ponašanja. Jer ne bi trebalo da se novi virus korona ponovo jače proširi.



Budite na odstojanju.



Preporuka: Nosite masku ako ne možete da držite odstojanje.



Temeljno perite ruke.



Izbegavajte rukovanje.



Kašljite i kijajte u maramicu ili pregib ruke.



Idite u ambulantu ili urgentni centar samo nakon prethodne telefonske najave.



Ako je moguće, nastavite sa radom od kuće.

Najčešća pitanja i odgovori o novom virusu korona

Od 6. juna ponovo su otvorene nove kompanije i ustanove i dozvoljeno je održavanje skupova sa najviše 300 osoba. Preduslov je da se svi učesnici pridržavaju koncepta zaštite. Ukoliko dođe do kontakta, neophodno je da se prikupе kontaktni podaci. Samim tim, u slučaju da je osoba inficirana, može da se utvrdi sa kojim je osobama dolazila u kontakt. Osim toga, svi učesnici moraju da se pridržavaju pravila u vezi sa higijenom i ponašanjem, a to su organizatori, učesnici, zaposleni, kupci, nastavno osoblje, učenici, lica na obuci, sportisti i treneri.

I dalje se pridržavajte pravila higijene i ponašanja. Jer ne bi trebalo da se novi virus korona ponovo jače proširi.

Infekcija i rizici

Zašto su ova pravila za higijenu i ponašanje toliko važna?

Novi virus korona je novi virus protiv kog ljudi još uvek **nemaju imuni odgovor (imunitet)**. **Moguć je veliki broj infekcija i oboljenja**. Zbog toga moramo maksimalno da usporimo širenje novog virusa korona.

Moramo naročito da zaštitimo osobe koje su pod povećanim rizikom od teškog oboljenja.

To su:

- Osobe starije od 65 godina
- Odrasli sa sledećim prethodnim oboljenjima:
 - **visok pritisak,**
 - **hronična oboljenja disajnih puteva,**
 - **dijabetes,**
 - **oboljenja i terapije koje oslabljuju imuni sistem,**
 - **oboljenja srčane cirkulacije kao i**
 - **kancer**

Ili sa:

- **teškom prekomernom težinom (gojaznost, BMI od 40 ili više)**

Ako niste sigurni da li ste posebno ugrožena osoba, obratite se svom lekaru.

Ako se svi budemo pridržavali pravila ponašanja i higijene, moći ćemo bolje da zaštitimo ugrožene osobe. Time doprinosimo i da zdravstvene institucije mogu nastaviti dobro da zbrinjavaju ljude sa teškim oboljenjima. U ambulantama za intenzivnu negu je ograničen broj soba za lečenje i respiratora.

Imate više od 65 godina ili imate jedno od gore navedenih prethodnih oboljenja?

Onda vrede sledeće mere:

- Možete da napustite svoj dom ako se strogo pridržavate pravila higijene i ponašanja. Izbegavajte mesta sa mnogo ljudi (npr. železničke stanice, javni prevoz) i razdoblja gužve (npr. kupovina subotom, putovanje na posao)
- Izbegavajte nepotrebne kontakte i budite na odstojanju od drugih ljudi (najmanje dva metra).
- Ako je moguće, zamolite prijateljicu, prijatelja ili komšiju da obavi kupovinu za vas ili naručujete putem interneta ili telefonom. Ponude podrške možete da pronađete i kod različitih organizacija, kroz svoju zajednicu ili na Internetu.
- Za poslovne i privatne sastanke pokušajte da koristite telefon, Skype ili sličan alat.

Ako trebate da vidite lekara, vozite automobil ili bicikl ili pešačite. Ako to nije moguće, uzmite taksi. Budite na odstojanju od najmanje dva metra od drugih ljudi i pridržavajte se pravila higijene. **Preporuka: Nosite masku ako ne možete da držite odstojanje.**

Ako ste zaposleni i ugroženi zbog prethodnog oboljenja, poslodavac je u obavezi da vas zaštiti.

Korisne informacije možete da pronađete na stranicama švajcarskog sindikata Unia: Ihre Rechte am Arbeitsplatz (Vaša prava na radnom mestu)

<https://www.unia.ch/de/arbeitswelt/von-a-z/coronavirus>

Da li imate jedan ili više simptoma bolesti kao što su kašalj (većinom suv), bolovi u grlu, kratak dah,

temperatura, osećaj groznice, bolovi u mišićima ili iznenadni gubitak čula mirisa i/ili ukusa? **Onda odmah pozovite svog lekara ili bolnicu. Čak i vikendom.** Opišite svoje simptome i recite da ste posebno ugrožena osoba.

Kako se prenosi novi virus korona?

Novi virus korona se uglavnom prenosi prilikom bliskog i dužeg kontakta: ako se nalazite na odstojanju manjem od 2 metra od obolele osobe.

Prenošenje se odvija

- putem **kapljica**: Ako obolela osoba kija ili kašlje, virusi mogu direktno da dospeju na sluzokožu nosa, ustiju ili očiju drugih ljudi.
- preko **ruku**: zarazne kapljice dospevaju putem kašlja ili kivanja na ruke. Osim toga, moguće je dodirivanje površine na kojoj se nalaze virusi. One dospevaju u usta, nos ili oči ukoliko ih dodirnete.

Kada je osoba zarazna?

Vodite računa o sledećem: ko oboli od novog virusa korona, zarazan je tokom dužeg perioda. Naime:

- Već **jedan dan pre pojavljivanja** simptoma – dakle pre nego što osoba uopšte primeti da se zarazila.
- **Kada osoba ima simptome, tada je posebno zarazna.**
- **Do najmanje 48 sati nakon** što osoba oseti da je ozdravila. Iz tog razloga vodite računa o tome da još uvek održavate odstojanje i redovno perite ruke sapunom.

Da li treba da svi na javnim površinama nose masku?

Ne, zdravim osobama ne preporučujemo da nose masku na javnim površinama. One vas ne štite dovoljno od infekcije virusom korona.

S druge strane, maska može sprečiti da već zaražena osoba inficira druge.

Preporučujemo vam da nosite masku kada ne možete da održavate odstojanje od 2 metra od drugih osoba. Najtoplije preporučujemo da nosite masku kada se vozite javnim prevozom.

Morate da nosite masku kada koristite neku uslugu iz branše čiji koncept zaštite podrazumeva nošenje maske.

Važi i sledeće: Pridržavajte se pravila odstojanja i higijene.

Da li bake i deke smeju da čuvaju svoje unuke?

Osobe starije od 65 godina su posebno ugrožene. One naročito moraju da povedu računa o zaštiti. To se ujedno odnosi na bake i deke. Na kraju krajeva, same bake i deke moraju da odluče da li žele da čuvaju svoje unuke.

U svakom slučaju, bakama i dekama preporučujemo sledeće:

- Pridržavajte se pravila higijene i ponašanja kojima se, na primer, nalaže da često perete ruke, da ne pijete iz istih čaša koje su koristili unuci i da održavate odstojanje u odnosu na roditelje.
- Izbegavajte mesta u kojima je veliki protok ljudi, kao što su železničke stanice i sredstva javnog prevoza u periodu najgušćeg saobraćaja.

Nemojte da čuvate decu ako ste bolesni ili ako su ona bolesna, čak i ako imate ili imaju blage simptome.

Simptomi, dijagnoza i lečenje

Koji simptomi se javljaju prilikom oboljevanja od novog virusa korona?

Sledeći simptomi se često javljaju:

- kašalj (najčešće suv)
- bolovi u grlu
- kratak dah
- temperatura, osećaj groznice
- bolovi u mišićima
- nagli gubitak čula mirisa i/ili ukusa

Ređe se javljaju:

- glavobolje
- stomachne tegobe
- konjunktivitis
- curenje nosa

Simptomi se razlikuju po težini i mogu da budu i blagi. Takođe su moguće i komplikacije kao što je zapaljenje pluća.

Ako imate jedan česti simptom ili više njih, moguće je da ste oboleli od novog virusa korona.

U tom slučaju:

- **Ostanite kod kuće.**
- **Obavite proveru na prisustvo virusa korona (pogledajte veb linkove u sledećem pitanju) ili pozovite svog izabranog lekara. Odgovorite na sva pitanja u okviru provere na mreži ili putem telefona na najprecizniji mogući način. Na kraju ćete dobiti preporuke u vezi sa ponašanjem i ako je to primenljivo, predlog da se testirate.**
- **Pročitajte uputstva o „izolaciji“ (www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads) i dosledno ih se pridržavajte.**

Ako ste stariji od 65 godina ili već bolujete od nečega, važi sledeće: u slučaju da imate jedan ili više čestih simptoma, u svakom slučaju odmah pozovite lekara. Čak i vikendom.

Da li ste nesigurni kako treba da se ponašate?

Proverom za virus korona na <https://check.bag-coronavirus.ch/screening> nakon odgovora na neka pitanja dobivate preporuku o postupanju Saveznog ministarstva za zdravlje (na nemačkom, francuskom, italijanskom i engleskom).

Na veb-sajtu kantona Waadt na <https://coronavirus.unisante.ch/evaluation> možete da pronađete proveru za virus korona na još 8 jezika.

Provera za virus korona nije zamena za profesionalno medicinsko savetovanje, dijagnozu ni lečenje. Simptomi opisani u proveru mogu da se pojave i u vezi sa drugim bolestima koje zahtevaju drugi pristup.

U slučaju upečatljivih simptoma koji se pogoršavaju ili vas zabrinjavaju uvek se posavetujte sa lekarom.

Kako se leči oboljenje od novog virusa korona?

Lečenje se ograničava na umanjeње simptoma. Oboleli se izoluju radi zaštite drugih osoba. U slučaju težeg oboljenja je najčešće potrebno lečenje na odeljenju intenzivne nege u bolnici. U određenim uslovima je potreban i aparat za veštačko disanje.

Imate li tegobe, osećaj bolešljivosti ili simptome koji nisu povezani sa novim virusom korona?

Zdravstvene tegobe, bolesti i simptome koji nisu povezani sa novim virusom korona morate i nadalje da shvatate ozbiljno i lečite ih. Potražite pomoć i ne čekajte previše: pozovite lekara.

Više informacija

Da li moram da nosim masku u vozu, autobusu ili tramvaju?

Nije neophodno da nosite masku u slabo zauzetom sredstvu javnog prevoza. Međutim, neophodno je da nosite masku u periodu kada je najgušći saobraćaj ili kada ne možete da održavate odstojanje od 2 metra od drugih osoba. Još se više preporučuje da izbegavate sredstva javnog prevoza u periodu kada je saobraćaj najgušći.

Saobraćajna preduzeća SBB i Postauto su osmislila koncepte zaštite za čitavu branšu.

U sredstvu javnog prevoza vodite računa o ostalim putnicima. Osim toga, vodite računa o sledećem:

- Održavajte adekvatno odstojanje na stanicama, pred šalterima i automatima za kupovinu karata
- Održavajte adekvatno rastojanje u vozilu
- Obezbedite dovoljan prostor pri izlasku putnika iz vozila

Koliko osoba sme da se okuplja?

Najviše 30 osoba sme da se okupi na javnom mestu, na šetalištima i u parkovima. Međutim, nastavite da održavate odstojanje od 2 metra od drugih osoba i pridržavajte se pravila higijene i ponašanja. Pravila o održavanju odstojanja ne važe za porodice i članove istog domaćinstva.

Ako grupa obuhvata više od 30 osoba, policija sme da kazni sve članove grupe.

Od 6. juna je dozvoljeno održavanje **javnih i privatnih skupova** kojima sme da prisustvuje najviše 300 osoba. U skupove spadaju sledeća dešavanja: Porodična okupljanja, sajmovi, koncerti, predstave, projekcije filmova, kao i politički skupovi i skupovi civilnog društva. U zavisnosti od tipa skupa, neophodni su određeni koncepti zaštite ili spisak prisutnih lica. Pri skupovima održavajte odstojanje od 2 metra od drugih osoba i pridržavajte se pravila higijene i ponašanja.

Kada je reč o privatnim skupovima, koncept zaštite nije neophodan. Međutim, potrebno je da organizator sastavi spisak prisutnih lica sa kontaktnim podacima (ime, prezime, broj telefona).

Vodite računa o sledećem:

- Prilikom otvorenih skupova postoji manji rizik od infekcije u odnosu na skupove koji se održavaju u manjim ili nedovoljno provetrenim prostorijama. Važno je da se svaki učesnik skupa ponaša odgovorno. Zato nemojte da prisustvujete velikom broju skupova. To može da oteža utvrđivanje sa kojim ste osobama stupali u kontakt.
- Pri skupovima održavajte odstojanje od 2 metra i pridržavajte se pravila higijene i ponašanja. Samim tim, ako je neka osoba zaražena virusom korona prisustvovala skupu na kojem ste i vi bili, možete da izbegnete karantin ako ste se strogo pridržavali ovih pravila.

Očekuje se da će veliki skupovi sa više od 1000 učesnika biti zabranjeni sve do 31. avgusta 2020.

O čemu moram da vodim računa kada odlazim u neki ugostiteljski objekat?

Morate da konzumirate hranu sedeći za stolom.

Smete da odlazite u ugostiteljske objekte i u većoj grupi. Preduslov je da

- članovi grupe imaju u vidu da barem jedna osoba mora da ostavi svoje kontaktne podatke
- ako bude bilo potrebno da se utvrde prethodni kontakti.

Pridržavajte se uputstava u ugostiteljskom objektu prilikom svake posete.

Šta će se desiti ako broj novozaraženih ne opadne, već ponovo krene da raste?

To zavisi od toga kako će se situacija odvijati. Ako broj novozaraženih ponovo počne da raste, švajcarsko savezno veće će odložiti planirane mere relaksacije, to jest, ako su sprovedene određene mere relaksacije, one će početi delimično da se ukidaju. Samim tim i povezani koncepti zaštite moraju da budu u skladu sa promenama.

Zatražite pomoć.

Šta mogu da uradim ako niko ne govori mojim jezikom i niko ga ne razume u bolnici?

Na samom prijemu u bolnicu zatražite usluge tumača. Usluge tumača su dostupne i putem telefona. Ako angažujete profesionalne tumače, ne morate da vodite pratiocice za sobom kako bi prevodili te ih samim tim štite od infekcije. Pri medicinskim intervencijama imate pravo na to da razumete i da vas razumeju.

Morate da ostanete kod kuće, a trebaju vam namirnice ili lekovi?

Ili želite da pomognete nekome?

Posmatrajte svoje direktno okruženje:

- Možete li nekoga da zamolite za pomoć?
- Ili možete li nekome drugom da ponudite svoju pomoć?

Ostale opcije:

- obratite se opštinskoj ili gradskoj upravi
- koristite aplikaciju „Five up“
- Potražite više informacija na adresi www.hilf-jetzt.ch / www.aide-maintenant.ch

Ovde važi sledeće: Morate uvek da obezbedite i pridržavate se pravila ponašanja i higijene.

Da li se brinete ili vam je potrebno da razgovarate sa nekim?

Ovde ćete pronaći informacije:

- Na internetu na adresama www.dureschnufe.ch / <http://www.santepsy.ch> / www.salutepsi.ch
- Telefonsko savetovanje preko broja 143 (udruženje „Die Dargebotene Hand“)

Osećate li se ugroženo kod kuće? Tražite li pomoć ili zaštitu?

- Na adresama www.opferhilfe-schweiz.ch / www.aide-aux-victimes.ch / www.aiuto-alle-vittime.ch pronaći ćete brojeve telefona i adrese e-pošte za anonimno savetovanje i zaštitu u celoj Švajcarskoj.
- U **hitnim slučajevima** pozovite policiju: Broj telefona **117**

Ostali bitni brojevi telefona:

- **Hitni poziv za sanitet (ambulantna) 144: ovaj broj** je dostupan u celoj Švajcarskoj 24/7 za sve medicinske hitne slučajeve.
- **Linija za informacije** o novom virusu korona: ako pozovete broj **058 463 00 00** možete da dobijete odgovore na pitanja o novom virusu korona.
- **Linija za pomoć u vezi sa virusom korona organizacije HEKS/EPER** na 10 jezika (albanski / arapski / bosansko-srpsko-hrvatski / kurdski / perzijski, dari / portugalski / španski / tamilski / tigrinjski / turski): **Broj 0800 266 785** odgovara na pitanja o situaciji u vezi sa virusom korona u Švajcarskoj i pruža informacije o ponudama pomoći. Više informacija na: <https://www.heks.ch/was-wir-tun/heks-mehrsprachiges-hilfetelefon#plakate-und-videos>
- **Ako nemate izabranog lekara: Medgate** vam je dostupan putem broja **0844 844 911** 24 sata, 7 dana u nedelji, 365 dana godišnje.

Povratak na posao

Švajcarsko savezno veće dodatno preporučuje da kada je god to moguće nastavite da radite od kuće kako bi se izbegle velike gužve u sredstvima javnog prevoza, između ostalog. Vaš poslodavac će odlučiti o tome da li i kada treba da se vratite na radno mesto.

Ako ste zaposleni i ugroženi zbog prethodnog oboljenja, poslodavac je u obavezi da vas zaštiti.



Ažurirano dana 10. 6. 2020.

Testovi na virus korona i praćenje kontakata sprečavaju lanac prenosa infekcije.

Zato su obe mere toliko važne.

Kako bismo uspostavili što je moguće „normalniji“ tok života, potrebno je da se sve osobe sa simptomima bolesti odmah testiraju na novi virus korona, čak i ako imaju blage simptome. Pored testova, važno je da sve osobe stave na raspolaganje svoje kontaktne podatke u svrhe praćenja kontakata, na primer, u restoranima. Razlog tome je što inficirane osobe mogu da prenesu bolest čak i ako se osećaju zdravo. Samim tim, testovi i praćenje kontakata prekidaju lanac širenja infekcije.

Ako je nalaz testa na virus korona pozitivan, neophodno je da se započne praćenje kontakata.

- Kantonska nadležna tela zajedno sa inficiranim licima utvrđuju sa kojim osobama je ostvaren blizak kontakt.
- Nadležna tela obaveštavaju osobe sa kojima je inficirano lice ostvarilo kontakt o mogućoj infekciji i o daljim koracima.
- Čak i ako ove osobe nemaju nikakve simptome, moraju da budu u karantinu. Karantin traje deset dana od poslednjeg kontakta sa zaraženom osobom.
- Ako se tokom tog vremena utvrdi postojanje infekcije, nadležno telo će dodatno produžiti karantin.

Kada neka osoba sa kojom je nadležno telo stupilo u kontakt već ima simptome bolesti.

- Ta osoba mora odmah da se izoluje i da se testira na novi virus korona.
- Ako je nalaz testa na virus korona pozitivan, nadležno telo će započeti praćenje kontakata.

Kada osoba koja je u karantinu ima simptome bolesti.

- Ta osoba mora odmah da se izoluje
- i da se testira na novi virus korona.
- Ako je nalaz testa na virus korona pozitivan, nadležno telo će započeti praćenje kontakata.
- Budući da je ta osoba već u karantinu, verovatno je imala kontakt sa veoma malim brojem lica ili ni sa kim. Karantinom se odmah prekida lanac širenja infekcije.

Aplikacija za praćenje kontakata SwissCovid

Kako bi se suzbila pandemija novim virusom korona, BAG će uskoro lansirati aplikaciju. Ova aplikacija obaveštava osobe u slučaju da su imale blizak kontakt sa obolelom osobom, koju lično ne poznaju. Samim tim, privatnost korisnika je od najvišeg prioriteta, pa se lični podaci ne čuvaju u centralnom skladištu.

Evo kako da se zaštitimo.

Švajcarsko savezno veće

Šta je novi virus korona? Šta je SARS-CoV-2, a šta COVID-19?

Novi virus korona je otkriven krajem 2019. godine u Kini na osnovu neuobičajene učestalosti zapaljenja pluća u gradu Vuhanu u centralnom delu Kine. Virus je dobio naziv SARS-CoV-2 i pripada istoj porodici kao i izazivač „bliskoistočnog respiratornog sindroma“ MERS i „teškog akutnog respiratornog sindroma“ SARS.

Bolest koju izaziva novi virus korona dobila je zvanični naziv od strane Svetske zdravstvene organizacije (WHO) 11. februara 2020. godine: COVID-19, skraćeno za „coronavirus disease 2019“ ili na srpskom: „korona virusna bolest 2019“.

Prema trenutno dostupnim informacijama može se zaključiti da su životinje prenele virus na ljude i da se on sada širi sa čoveka na čoveka. Lokalno poreklo je najverovatnije riblja i životinjska pijaca u gradu Vuhanu koju su kineske vlasti u međuvremenu zatvorile.

Više informacija:

www.bag-coronavirus.ch

www.bag.admin.ch/neues-coronavirus

(nemački, francuski, italijanski, engleski)



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