

Novi korona virus (COVID-19)

Novi korona virus privlači mnogo pažnje. Bolest korona virusa obično uzrokuje samo blage simptome. Neki ljudi, osobito stariji i oni koji su već bolesni, mogu postati jako bolesni. Stoga je od vitalnog značaja da svi pomognu u usporavanju širenja infekcije kod stanovništva.

Ako ste zaraženi, može trebati od 0 do 14 dana da se pojave simptomi. Obično treba 5 do 6 dana. Ljudi su najzarazniji dok imaju simptome. Temperatura, kašalj i otežano disanje su najčešći simptomi. Kod nekih ljudi se razvije upala pluća, otežano disanje i druge ozbiljene bolesti.

Savjet za sprečavanje zaraze:

Držite rastojanje!

- Ostanite kod kuće ako se osjećate bolesno.
- Ostanite kod kuće ako vam je tako rečeno (u karanteni ili izolaciji).
- Ako je moguće, pokušajte održavati razmak od najmanje metar i po između sebe i drugih ljudi.

Prakticirajte dobru higijenu ruku!

- Često i temeljito perite ruke
 - ako ste bili pored drugih ljudi
 - kada ste bili u toaletu
 - kada ste kašljali, kihali ili ispuhivali svoj nos
 - prije kuhanja ili jedenja.
- Koristite dezinfekcijsko sredstvo ako sapun i voda nisu dostupni.

Prakticirajte dobru higijenu disanja!

- Izbjegavajte kašljanje ili kihanje na druge ljude.
- Kašljite u maramicu i onda bacite maramicu. Nakon toga operite ruke!
- Ako nemate pri ruci maramicu, kašljite u svoj savijeni lakat.

Ako mislite da ste zaraženi:

- Ako sumnjate da ste zaraženi, morate ostati kod kuće.
- Ako vam je potrebna medicinska pomoć, prvo biste trebali kontaktirati svog doktora telefonom. Ako ovo nije moguće, pozovite hitnu pomoć na 116 117.

Budite u toku!

- Vlasti mole sve koji žive ili su trenutno u Norveškoj da pročitaju važne informacije i savjete koji se odnose na korona virus na www.fhi.no i www.helsenorge.no. Ovaj savjet se redovno ažurira. Informaciju se dostupne i na norveškom i na engleskom jeziku. Ako vam je teško razumjeti bilo šta, molimo pitajte nekog koga poznajete za pomoć.