

## Нови корона вирус (КОВИД-19)

Нови корона вирус привлачи пуно пажње. Болест коју изазива овај вирус уобичајено има само умерене симптоме. Међутим, поједине особе, нарочито старије особе и оне особе које су већ болесне, могу озбиљно да се разболе. Због тога је од кључног значаја да сви помогнемо како би се успорило ширење заразе међу становништвом.

Уколико сте заражени, потребно је од 0 до 14 дана да се појаве симптоми. Најчешће овај период траје од 5 до 6 дана. Људи су најзаразнији када имају симптоме болести. Грозница, кашаљ и отежано дисање су најчешћи симптоми. Поједине особе добију запаљење плућа са отежаним дисањем или другим озбиљним потешкоћама.

Савети за спречавање заразе:

Држите се на удаљености!

- Уколико осећате да сте болесни, останите код куће.
- Уколико вам је речено да остане код куће (у карантину или изолацији), останите код куће.
- Уколико је то могуће, одржавајте удаљеност од барем једног метра од других људи.

Придржавајте се мера хигијене руку!

- Често и темељно перите руке:
  - када сте били у друштву других људи;
  - након одласка у тоалет;
  - када кашљете, кијате или дувате нос; и
  - пре спремања хране или обедовања.
- Уколико сапун и вода нису доступни, користите дезинфекционо средство.

Придржавајте се мера респираторне хигијене!

- Немојте да кашљете или кијате у правцу других људи.
- Кашљите у папирну марамицу коју ћете затим бацити. Након тога оперите руке!
- Уколико код себе немате папирну марамицу, кашљите у свој савијени лакат.

Када сумњате да сте заражени:

- Уколико сумњате да сте заражени, морате да останете код куће.
- Уколико вам је неопходна медицинска помоћ, прво позовите вашег лекара путем телефона. Уколико ово није могуће, позовите службу хитне медицинске помоћи на број 116 117.

#### Будите информисани!

- Власти траже од свих који живе или бораве у Норвешкој да прочитају важне информације и савете о корона вирусу на веб-сајтовима [www.fhi.no](http://www.fhi.no) и [www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no). Ови савети се редовно ажурирају. Информације су доступне на норвешком и енглеском језику. Уколико имате проблема у погледу разумевања информација, затражите од некога да вам помогне.