

Σχετικά με τη νόσο που προκαλείται από τον κορωνοϊό (COVID-19)

Τι είναι

Ο COVID-19 είναι νόσος που προκαλείται από τον κορωνοϊό.

Οι άνθρωποι κορωνοϊοί είναι κοινοί και σχετίζονται συνήθως με ήπιες λοιμώξεις, παρόμοιες με το κοινό κρύωμα.

Μετάδοση

Οι κορωνοϊοί μεταδίδονται συνήθως από ένα μολυσμένο άτομο μέσω:

- ▶ του αναπνευστικού συστήματος από σταγονίδια όταν βήχουμε ή φτερνιζόμαστε
- ▶ στενής προσωπικής επαφής, όπως το άγγιγμα ή τη χειραψία
- ▶ της επαφής με αντικείμενο που φέρει τον ιό, και αγγίζοντας στη συνέχεια τα μάτια, τη μύτη ή το στόμα πριν πλύνουμε τα χέρια μας

Απ' όσο γνωρίζουμε, οι ιοί αυτοί δεν εξαπλώνονται μέσω των συστημάτων εξαερισμού ή μέσω του νερού.

Εάν έχετε συμπτώματα

Εάν έχετε συμπτώματα του COVID-19 – πυρετό, βήχα ή δύσπνοια:

- ▶ μείνετε στο σπίτι (**απομονωθείτε**) για να αποφευχθεί η εξάπλωση σε άλλους
 - εάν ζείτε με άλλα άτομα, μείνετε σε ξεχωριστό δωμάτιο ή τηρήστε απόσταση 2 μέτρων
- ▶ τηλεφωνήστε πριν επισκεφτείτε επαγγελματία υγείας ή καλέστε την **τοπική αρχή δημόσιας υγείας**
 - αναφέρετε τα συμπτώματά σας και ακολουθήστε τις οδηγίες τους
- ▶ εάν χρειάζεστε άμεση ιατρική φροντίδα, καλέστε το 911 και ενημερώστε τους ότι έχετε συμπτώματα

Συμπτώματα

Τα συμπτώματα μπορεί να είναι ήπια ή πιο σοβαρά.

Τα συμπτώματα μπορούν να εμφανιστούν έως και 14 ημέρες μετά την έκθεση στον ιό.



Πυρετός



Βήχας



Δύσπνοια

Πρόληψη

Τα καλύτερα μέτρα πρόληψης της εξάπλωσης των λοιμώξεων είναι τα εξής:



- ▶ τηρήστε **φυσική απόσταση** από τους άλλους ανά πάσα στιγμή



- ▶ μείνετε στο σπίτι εάν είστε άρρωστοι για να εμποδίσετε την μετάδοση της λοίμωξης σε άλλους



- ▶ πλύντε συχνά τα χέρια σας με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα



- ▶ αποφύγετε να αγγίζετε τα μάτια, τη μύτη ή το στόμα, ειδικά με άπλυτα χέρια



- ▶ αποφύγετε την στενή επαφή με ανθρώπους που νοσούν



- ▶ όταν βήχετε ή φτερνίζετε:
 - καλύψτε το στόμα και τη μύτη σας με το χέρι σας ή με χαρτομάντηλο για να περιορίσετε την εξάπλωση των μικροβίων
 - πετάξτε αμέσως τα χαρτομάντηλα που χρησιμοποιήσατε στα σκουπίδια το συντομότερο δυνατόν και μετά πλύντε τα χέρια σας



- ▶ καθαρίστε και απολυμάνετε αντικείμενα και επιφάνειες που αγγίζετε συχνά όπως παιχνίδια, ηλεκτρονικές συσκευές και πόμολα



- ▶ φορέστε **μη ιατρική μάσκα ή κάλυμμα προσώπου** (π.χ. που σχεδιάστηκε να καλύπτει εξ ολοκλήρου τη μύτη και το στόμα χωρίς κενά, και που στεριώνεται στο κεφάλι με κορδόνια ή λάστιχα πίσω από τα αυτιά) για να προστατεύσετε τους ανθρώπους και τις επιφάνειες γύρω σας

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφτείτε την ιστοσελίδα

@ canada.ca/le-coronavirus

ή καλέστε το  1-833-784-4397