

Covid-19 v sezoni okužb dihal

Okužbo z virusom SARS-CoV-2 v skladu s strokovnimi smernicami obravnavamo enako kot vsako drugo okužbo dihal. Okužbe dihal povzročata več povzročiteljev, najpomembnejši med njimi so: novi koronavirus, virusi gripe, respiratorni sincicijski virus (RSV), adenovirusi in pnevmokoki.

Za zaščito pred okužbo z novim koronavirusom se tako priporočajo enaki ukrepi kot za zaščito pred drugimi okužbami dihal in cepljenje.

Splošna higienska priporočila za zaščito pred okužbo dihal

Poskrbimo za **higieno rok**.



Ob simptomih ali znakih okužbe dihal se izogibamo stikom z drugimi osebami (še posebej se izogibajmo stikom z ranljivimi skupinami).

Če to ni mogoče, svetujemo uporabo obrazne zaščitne maske.



Izogibamo se tesnim stikom z osebami, ki kažejo znake akutne okužbe dihal.



Izogibamo se dotikanju obraza.



Vzdržujemo medosebno razdaljo.



Poskrbimo za **prezračevanje** zaprtih prostorov.



Poskrbimo za **čiščenje** površin in predmetov.

Upošteevamo higieno kašlja in kihanja.

Uporaba obraznih zaščitnih mask je **priporočena** za osebe, ki spadajo med ranljive skupine prebivalstva še posebej v okoljih, v katerih je hkrati prisotnih veliko ljudi oziroma v prostorih, ki so zaprti ter slabo prezračeni.



**Več informacij
najdete tukaj.**

NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



100
let

zdravje
JE SKRB
za vse

COVID-19
V SEZONI OKUŽB DIHAL

Cepljenje

Varen in najučinkovitejši način zaščite pred težkim potekom okužbe z virusom SARS-CoV-2 in morebitnimi dolgotrajnimi posledicami okužbe (»dolgotrajni covid«) je cepljenje.

Cepljenje s posodobljenim cepivom proti covidu-19 je priporočljivo za:

- * oskrbovance domov za starejše občane in socialno-varstvenih zavodov,
- * posebej ranljive kronične bolnike in
- * osebe, stare 65 let ali več.

Priporočamo tudi cepljenje **proti gripi**.

Možno je sočasno cepljenje proti covidu-19 in gripi.

Kroničnim bolnikom, osebam, starejšim od 65 let in otrokom do 5. leta starosti svetujemo tudi cepljenje **proti pnevmokoknim okužbam**.

V zvezi s primernostjo cepljenja za vas se lahko posvetujete tudi z vašim izbranim osebnim zdravnikom ali z osebjem na cepilnem mestu.

Za lokacije cepilnih mest se obrnite na najbližji zdravstveni dom.



**Priporočila
za cepljenje**

Več informacij o cepljenju je na voljo tudi na spletni strani cepimose.si.



**Spletna stran
Cepimo se**

NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



**zdravje
JE SKRB
za vse**

COVID-19
V SEZONI OKUŽB DIHAL

Kako ravnamo ob pojavo simptomov ali znakov okužbe z virusom SARS-CoV-2?

Ob pojavo simptomov ali znakov okužbe dihal (predvsem vročina, kašelj, bolečine v žrelu, glavobol itd.) se svetuje počitek. **Izogibamo se stikom z drugimi osebami** (še posebej se izogibajmo stikom z ranljivimi skupinami).

Če to ni mogoče, uporabljamo obrazno zaščitno masko.

O potrebi po morebitnem testiranju in o nadaljnjem ukrepanju presodi izbrani osebni oziroma lečeči zdravnik.

Če smo testiranje na prisotnost virusa opravili sami (s hitrim antigenskim testom za domačo uporabo), se ob morebitnem pozitivnem rezultatu testiranja o nadaljnjem ukrepanju posvetujemo z izbranim osebnim zdravnikom.

V skladu s trenutnimi strokovnimi smernicami se izolacija ob dokazu prisotnosti virusa SARS-CoV-2 **ne izvaja**.

PRAVOČASNO
PREPOZNATI
ZNAKE LASTNEGA
SLABEGA POČUTJA
**je prijazno do
zdravja vseh.**



Spletna stran
NIJZ



Spletna stran
Cepimo se

Aktualne
informacije lahko
spremljamo na
spletni strani
www.nijz.si in
www.cepimose.si.

NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



zdravje
JE SKRB
za vse

COVID-19
V SEZONI OKUŽB DIHAL

Kako ravnamo, če smo bili v (tesnem) stiku z osebo okuženo z virusom SARS-CoV-2?

Ob (tesnem) stiku z osebo, pri kateri je bila potrjena okužba z virusom SARS-CoV-2, priporočamo upoštevanje splošnih higienskih priporočil za zaščito pred okužbo dihal (ob simptomih ali znakih okužbe dihal se izogibamo stikom z drugimi osebami, izogibamo se tesnim stikom z osebami, ki kažejo znake akutne okužbe dihal, vzdržujemo medosebno razdaljo, izogibamo se dotikanju obraza, poskrbimo za higieno rok, kašlja in kihanja, prezračujemo zaprte prostore, čistimo površine in predmete).

Karantene (omejitev gibanja) v primeru stika z okuženo osebo ni.

Aktualne informacije lahko spremljamo na spletni strani www.nijz.si in www.cepimose.si.

OSTATI DOMA, ČE SE
NE POČUTIŠ DOBRO
**je prijazno do
zdravja vseh.**



Spletna stran
NIJZ



Spletna stran
Cepimo se

NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



zdravje
JE SKRB
za vse