

**PREPORUKE ZA SMANJENJE RIZIKA OD INFEKCIJE
TEŠKIM AKUTNIM RESPIRATORNIM SINDROMOM KORONA VIRUS 2 (SARS-CoV-2)
I DRUGIH RESPIRATORNIH INFEKCIJA STUDENTIMA I UPOSLENICIMA
MEDICINSKOG FAKULTETA UNIVERZITETA U SARAJEVU**

Koronavirus oboljenje (*Coronavirus disease COVID-19*) je respiratorno oboljenje koje uzrokuje teški akutni respiratorni sindrom korona virus 2 (**SARS-CoV-2**), prvi put identificiran tokom istraživanja epidemije u Wuhanu, Kina.

Glavni simptomi: povišena tjelesna temperatura, kašalj, grlobolja, curenje iz nosa, glavobolja, otežano disanje, drhtavica.

Kako se možete zaraziti?

- Bliskim kontaktom sa osobe na osobu na udaljenosti do 2 metra
- Kapljičnim putem koje izbacuje oboljela osoba tokom kihanja i kašljanja. Kapljice mogu ostati u ustima i nosu i nakon toga se inhalirati u pluća.
- Ako dodirujete kontaminirane površine, a nakon toga bez pranja ruku dodirujete oči, usta i nos (ovo nije glavni način prenosa, ali se možete zaraziti na ovaj način).

Trenutno **nema vakcine** za prevenciju COVID-19. Terapija je **simptomatska!**

Najbolji način prevencije infekcije *teškim akutnim respiratornim sindromom korona virus 2 (SARS-CoV-2)*, kao i drugih respiratornih infekcija je **izbjegavanje izloženosti respiratornim virusima**.

Da bi **smanjili rizik od infekcije SARS-CoV-2** potrebno je da svakodnevno primjenjujete slijedeće mjere:

1. Prati ruke sa sapunom i vodom najmanje 20 sekundi. Ako sapun i voda nisu dostupni, koristite dezinficijense bazirane na alkoholu, koji sadrže najmanje 60% alkohola, a ne više od 70%. (Na ulazu u fakultet, ispred amfiteatara i sala za izvođenje praktičnih vježbi se nalaze dezinficijensi sa uputama za korištenje.)

Kada prati ruke?

- Odmah nakon dolaska u prostorije objekta Medicinskog fakulteta, posebno, ako ste za dolazak na fakultet koristili sredstva javnog prevoza,
- Prije i nakon predavanja i praktičnog dijela

nastave,

- Nakon korištenja toaleta,
- Prije i nakon jela,
- Kada su vam ruke prljave,
- Nakon kašljanja ili kihanja,
- Nakon kontakta sa bolesnom osobom

2. Ako kašljete ili kišete, to uradite u unutrašnjost savijenog lakta ili u papirne maramice, ili u posebnu kesu koji nosite sa sobom. Korištene maramice odmah odložite u korpu za smeće i nakon toga operite ruke sapunom i vodom ili sa najmanje 60%, a ne više od 70% alkoholnim dezinficijensom za ruke.
3. Ako imate temperaturu, kašljete ili kišete, glavobolju, curi vam iz nosa, otežano dišete ostanite kod kuće sve dok ne ozdravite. Putem telefona kontaktirajte dežurnog epidemiologa u Kantonu Sarajevo na mobitel 062 086 282 ili nadležni Dom zdravlja. Također, putem e-maila obavijestite Katedre na kojima u periodu izostanka imate nastavu.
4. Izbjegavajte blizak kontakt sa osobama koje imaju simptome prehlade ili simptome slične gripi (kašlju, kišu, imaju povišenu temperature)
5. Izbjegavajte dodirivanje očiju, usta i nosa neopranim rukama.
6. Kada koristiti masku za lice? Ne preporučuje se korištenje maske ukoliko nemate simptome. Masku za lice trebaju koristiti samo osobe sa simptomima u cilju prevencije prenosa infekcije na druge. (Upotreba maske je ključna za zdravstvene radnike i osobe koje se brinu za oboljele bilo u zdravstvenim ustanovama ili kod kuće).
7. Higijeničari trebaju učestalo čistiti dodirivane objekte i površine regularnim sredstvima za čišćenje, sprejevima i krpama.

Za sve dodatne informacije kontaktirajte epidemiologe sa Katedre za epidemiologiju i biostatistiku putem telefona 033 259 780 ili na e-mail: epidemiologija@mf.unsa.ba

IZVORI

1. Centar for Disease for Control and prevention. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) [Online]. 2020 February 15 [Cited 2020 02 24]; Available: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/prevention-treatment.html>
2. World Health Organisation. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) technical guidance: Infection prevention and control [Online]. 2020 January [Cited 2020 02 24]; Available: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/infection-prevention-and-control>
3. European centre for Disease prevention and Control on COVID-19. [Online]. [Cited 2020 02 27]; Available: <https://www.ecdc.europa.eu/en/covid-19/all-reports-covid-19>