

## КАКВО Е НОВИЯТ КОРОНАВИРУС?

Коронавирусите са голямо семейство от вируси, които причиняват заболявания, вариращи от обикновена настинка до по-тежки заболявания. COVID-19 е инфекциозно заболяване, причинено от новия коронавирус (SARS-CoV-2).

### Как се разпространява вирусът?

Хората могат да се заразят с COVID-19 от други, които имат вируса, чрез вдигане на отделени от тях малки капчици при кашляне и кихане или чрез докосване на замърсени повърхности и след това докосване на носа, устата или очите.

### Какви са симптомите?

Повечето хора, които се заразяват, прекарват леко заболяване и се възстановяват, но за някои това може да бъде по-тежко. Симптомите включват комбинация от:

- Треска
- Кашлица
- Затруднено дишане
- Бояка в мускулите
- Умор

[www.ncipd.org](http://www.ncipd.org)



## ЕПИДЕМИЯ ОТ НОВО ЗАБОЛЯВАНЕ ПРИЧИНЕНО ОТ КОРОНАВИРУС (COVID-19)

Какво трябва да знаете?

### Какво да правите, ако се разболеете?

Ако сте били в засегнат район с риск за експлозия от COVID-19 ИЛИ сте били в контакт с болен от COVID-19 И в рамките на 14 дни внезапно развиете кашлица, треска или задух:



Останете вкъщи. Не отивайте на работа или училище.



Веднага се обадете на здравния номер на страната, в която сте, за съвет; не забравяйте да споменете, че сте били в район с предаване на заболяването.



Не ходете на лекар или в болница. Може да заразите други хора. Ако трябва да се свържете с вашия лекар или да посетите слешна помощ, обадете се предварително; винаги посочвайте вашите симптоми, история на пътуванията или контакти.

Зоните с риск от излагане на COVID-19 са тези, където има повече случаи с инфекция. Те могат да се променят с развитието на ситуацията. За актуална информация проверете официалните национални уебсайтове, достъпни и чрез ECDC.



## Как може да предпазите себе си и другите от инфекция



Избягвайте близък контакт с болни хора, особено ако кашлят и кихат.



Кашляйте и кихайте в свития си лакът или в книжна салфетка. НЕ в шепата си. Изхвърлете салфетката в кошче с капак и измийте ръцете си със сапун и вода.



Избягвайте да докосвате очите, носа и устата, без първо да измиете ръцете си.



Редовно мийте ръцете си със сапун и вода ИЛИ използвайте дезинфектант на алкохолна основа след кашляне/ кихане, преди ядене и приготвяне на храна, след употреба на тоалетна, след докосване на повърхности на обществени места.



Практикувайте социално дистанциране: Поддържайте поне 1 метър разстояние между себе си и всеки, който кашля или киха.