

Ghid

ÎNTREBĂRI ȘI MITURI

Despre prevenția infectării cu noul Coronavirus

- **Inhalarea de aer fierbinte distruge noul Coronavirus? NU**
Nu există dovezi științifice care să confirme distrugerea Coronavirusului aflat deja în căile respiratorii prin inhalarea de aer fierbinte.
Practici neobișnuite, precum inhalarea de aer fierbinte cu ajutorul unui uscător de păr, pot provoca accidente sau leziuni neprevăzute.
- **Sunt utile măștile textile sau cele confecționate manual? NU.**
Măștile confecționate din pânză, bumbac sau tifon nu sunt eficiente în protecția față de noul Coronavirus.
- **Tratamentul homeopat previne COVID-19? NU.**
Remediile homeopate nu au efect în prevenirea sau tratarea COVID-19.
Luați medicamente numai la recomandarea medicului!
- **Dacă beau apă la fiecare 15 minute, mă feresc de noul Coronavirus? NU.**
Nu există dovezi care să confirme că infecția cu Coronavirus ar putea fi prevenită prin consumul regulat de apă. Totuși, nu uitați să vă hidratați corespunzător (2 litri de apă / zi).
- **Spirtul poate ajuta în prevenirea COVID-19? DA.**
Alcoolul sanitar (etanol **70%**) este dezinfectant și poate ajuta în prevenirea COVID-19.
Recomandat în special pentru dezinfectarea suprafețelor.
- **Vitamina C ajută în prevenirea COVID-19? NU.**
Nu există dovezi că Vitamina C ajută la prevenirea sau tratamentul infecției cu noul Coronavirus.
- **Consumul de lămâie previne infecția cu noul Coronavirus? NU.**
Consumul de lămâie (proaspătă sau în apă fierbinte) nu previne și nu vindecă infecția cu noul Coronavirus.
- **Mâncând usturoi se poate preveni infecția cu noul Coronavirus? NU.**
Usturoiul este un aliment sănătos care poate avea unele proprietăți antimicrobiene.
Cu toate acestea, nu există dovezi potrivit cărora consumul de usturoi vă poate proteja de noul Coronavirus.
- **Vaccinurile împotriva pneumoniei vă protejează împotriva noului Coronavirus? NU.**
Vaccinurile împotriva pneumoniei, cum ar fi vaccinul pneumococic și vaccinul Haemophilus gripal tip B (Hib), nu oferă protecție împotriva noului Coronavirus.
Virusul este nou și diferit și are nevoie de propriul său vaccin. Cercetătorii încearcă să dezvolte un vaccin împotriva noului Coronavirus, iar OMS susține aceste eforturi.
Deși aceste vaccinuri nu sunt eficiente împotriva noului Coronavirus, vaccinarea împotriva bolilor respiratorii este recomandată pentru a vă proteja sănătatea.
- **Antibioticele sunt eficiente în prevenirea și tratarea COVID-19? NU.**
Antibioticele nu funcționează împotriva virusilor, numai a bacteriilor.
Noul Coronavirus este un virus și, prin urmare, antibioticele nu trebuie utilizate ca mijloc de prevenire sau tratament. Cu toate acestea, dacă sunteți spitalizat în urma infectării, este posibil să primiți antibiotice, deoarece este posibilă co-infecția bacteriană.
- **Prin pulverizarea alcoolului sau clorului pe tot corpul se poate ucide noul Coronavirus? NU.**
Stropirea alcoolului sau clorului pe tot corpul nu va ucide virusii care au intrat deja în corpul vostru.
Pulverizarea acestor substanțe poate fi dăunătoare pentru haine sau membrane mucoase (ochi, gură). Fiți conștienți că atât alcoolul, cât și clorul pot fi utile pentru dezinfectarea suprafețelor, dar trebuie utilizate conform recomandărilor corespunzătoare.

- Există medicamente specifice pentru prevenirea sau tratarea COVID-19? NU.**
 Până în prezent, nu există niciun medicament specific recomandat pentru prevenirea sau tratarea COVID-19.
 Cu toate acestea, cei infectați trebuie să beneficieze de îngrijire adecvată pentru ameliorarea și tratarea simptomelor, iar cei cu boli grave trebuie să beneficieze de îngrijire optimă de susținere. Unele tratamente specifice sunt în curs de investigare și vor fi testate prin studii clinice.
 OMS ajută la accelerarea eforturilor pentru cercetare și dezvoltare.
- Sunt eficiente uscătoarele de mâini în prevenirea împotriva noului Coronavirus? NU.**
 Uscătoarele de mâini nu sunt eficiente pentru protejarea împotriva noului Coronavirus. Pentru a vă proteja împotriva noului Coronavirus este recomandat să vă curățați mâinile, spălându-vă temeinic cu apă și săpun sau folosind soluții antibacteriene pe bază de alcool. După ce v-ați spălat mâinile cu apă și săpun, uscați-le folosind șervețele de hârtie sau un uscător cu aer cald.
- Trebuie evitate zonele aglomerate și locurile de joacă? DA.**
 Conform Ordonanței Militare nr. 3/24.03.2020, este interzisă circulația tuturor persoanelor în afara locuinței/gospodăriei, cu anumite excepții ([link](#)).
 Evitați zonele aglomerate unde sunteți expuși la contact direct și/sau interacțiune cu un număr mare de persoane, de tipul adunărilor publice, cozi, zone de trafic intens, zone de recreere.
 Activitățile recreative se pot desfășura în apropierea locuinței/gospodăriei, dar sunt contraindicate. Feriți copiii de acele locuri de joacă care presupun atingerea unor suprafețe/obiecte comune de către un număr mare de copii.
- Trebuie evitate mijloacele de transport în comun aglomerate? DA.**
 Spațiile închise și aglomerate, precum autobuzul, tramvaiul, microbuzul, trenul sau metroul, favorizează transmiterea Coronavirusului. Te sfătuim să citești mai multe [aici](#) despre călătoria cu mijloacele de transport în comun în această perioadă.
- E preferabil să stăm acasă în această perioadă? DA.**
 Reducerea contactului între persoane scade posibilitatea transmiterii virusului. Limitați la maximum orice contact direct cu alte persoane, în afara celor care fac parte din familia restrânsă, prin gesturi cum ar fi: strângerea mâinilor, îmbrățișările, sărutul obrazilor sau al mâinilor, atingerea fețelor cu mâinile.
 Se recomandă, inclusiv în privința persoanelor împreună cu care locuiți, să NU intrați în contact direct decât după igienizarea mâinilor atunci când reveniți la domiciliu.
- Vremea caldă previne infectarea cu Coronavirus? NU.**
 Datele existente arată că infecția poate fi dobândită în toate zonele climatice, inclusiv în cele calde.
- Este vaccinul antigripal eficient în prevenția COVID-19? NU.**
 Vaccinul antigripal nu favorizează și nici nu protejează contra COVID-19 deoarece este vorba despre două virusuri diferite.

Despre vindecarea de COVID-19

- Tratamentul homeopat vindecă Coronavirusul? NU.**
 Remediile homeopate nu au efect în prevenirea sau tratarea Coronavirusului.
 Luați medicamente numai la recomandarea medicului!
- Antibioticele sunt eficiente în prevenirea și tratarea Coronavirus? NU.**
 Antibioticele nu funcționează împotriva virusurilor, numai a bacteriilor.
 Noul Coronavirus este un virus și, prin urmare, antibioticele nu trebuie utilizate ca mijloc de prevenire sau tratament. Cu toate acestea, dacă sunteți spitalizat în urma infectării, este posibil să primiți antibiotice, deoarece este posibilă co-infecția bacteriană.
- Există medicamente specifice pentru prevenirea sau tratarea noului Coronavirus? NU.**
 Până în prezent, nu există niciun medicament specific recomandat pentru prevenirea sau tratarea noului Coronavirus (COVID-19).

Cu toate acestea, cei infectați trebuie să beneficieze de îngrijire adecvată pentru ameliorarea și tratarea simptomelor, iar cei cu boli grave trebuie să beneficieze de îngrijire optimă de susținere. Unele tratamente specifice sunt în curs de investigare și vor fi testate prin studii clinice.

OMS ajută la accelerarea eforturilor pentru cercetare și dezvoltare.

- **Există vaccin sau tratament pentru Coronavirus? NU.**

În prezent, nu există vaccin și încă nu a fost descoperit un tratament eficient. Este important ca orice medicament să fie luat doar la indicația medicului, nu în urma sfaturilor de pe internet.

Măsurile de igienă și limitarea deplasărilor în spații publice sunt cele mai eficiente metode pentru prevenirea răspândirii epidemiei.

Peste 11 echipe științifice din toată lumea lucrează acum la dezvoltarea unui vaccin împotriva noului Coronavirus. Patru medicamente antivirale folosite deja în alte boli sunt astăzi studiate pentru a se confirma dacă sunt utile pentru tratamentul COVID-19.

- **Pot lua ibuprofen dacă am Coronavirus? NU.**

Nu există studii privind efectele administrării de ibuprofen asupra pacienților cu COVID-19. Dacă aveți febră, luați medicamente doar la recomandarea medicului!

Despre transmiterea noului Coronavirus

- **Pot fi infectat cu Coronavirus chiar dacă nu am simptome? DA.**

Chiar și cei care nu manifestă simptome pot fi infectați cu Coronavirus și pot transmite infecția mai departe.

- **Coronavirusul se transmite prin tuse sau strănut? DA.**

Picăturile eliminate când cineva infectat cu COVID-19 vorbește, strănută sau tușește pot transmite Coronavirusul celor din jur.

- **Mă pot infecta de pe suprafața fructelor sau legumelor? NU.**

Nu există dovezi care să susțină transmiterea prin intermediul fructelor și legumelor neambalate.

Chiar și așa, spălați bine fructele și legumele! Coronavirusul poate rezista până la câteva ore pe diferite suprafețe, în funcție de mai multe condiții:

– tipul suprafeței (plastic, hârtie, carton, metal etc.)

– temperatura

– umiditate

- **Animalele de companie pot transmite Coronavirus? NU.**

Nu există dovezi că animalele de companie, cum ar fi câinii sau pisicile, pot fi infectate cu noul Coronavirus. Este întotdeauna o idee bună să vă spălați pe mâini cu apă și săpun după ce atingeți animalele de companie. Acest lucru vă poate proteja împotriva diferitelor bacterii comune, cum ar fi E.coli și Salmonella, care pot trece de la animalele de companie la oameni.

- **Există vreun risc de infectare cu Coronavirus dacă primesc o scrisoare sau un colet din China? NU.**

Nu există niciun risc. Persoanele care primesc colete din China nu prezintă riscul de a intra în contact cu Coronavirus. Din analizele anterioare s-a demonstrat faptul că acest virus nu supraviețuiește mult timp pe obiecte, cum ar fi scrisori sau pachete.

- **Vremea caldă previne infectarea cu Coronavirus? NU.**

Datele existente arată că infecția poate fi dobândită în toate zonele climatice, inclusiv în cele calde.

Despre Coronavirus în general

- **Ce este Coronavirus / COVID-19?**

Coronavirusurile fac parte dintr-o familie numeroasă de viruși, găsiți atât la animale, cât și la oameni. Acest virus infectează omul, cauzând diverse boli, de la răceală comună la boli respiratorii severe, precum Sindromul Respirator din Orientul Mijlociu (MERS) și Sindromul

Respirator Acut Sever (SARS).

“Noul” coronavirus (CoV) este o nouă tulpină de coronavirus care nu a fost identificată anterior la om. Acest nou tip de coronavirus, numit COVID-19, nu a fost detectat anterior, înainte ca focarul să fie raportat în Wuhan, China, în decembrie 2019.

- **Fumatul este un factor de risc pentru COVID-19? DA**
Fumătorii prezintă anumite anomalii la nivelul plămânilor (inflamație, fibroză), care împiedică buna funcționare a acestora în condiții normale. În cazul unei infecții, inclusiv cu noul Coronavirus, riscul de a dezvolta o formă severă de boală este crescut în cazul fumătorilor din cauza anomaliilor deja existente la nivelul plămânilor.
Organizația Mondială a Sănătății avertizează că atât mâinile, cât și țigările pot fi contaminate, iar prin aducerea lor în mod repetat la nivelul gurii este favorizată infectarea.
Consumul de alte produse pe bază de tabac (narghilea), favorizează transmiterea de la o persoană la alta, mai ales prin folosirea de piese bucale și furtunuri nesterile.
- **Sunt gravidele puse în pericol de COVID-19? DA.**
Nu se știe cu certitudine încă cât de afectate pot fi gravidele de infecția cu Coronavirus. Se recomandă precauție sporită și distanțare socială riguroasă.
- **Pot să mă infectez cu Coronavirus de două ori? NU.**
Nu există dovezi care să ateste că o persoană poate să se reinfecteze cu noul Coronavirus.
- **Coronavirusul are o variantă blândă și una rea? NU.**
Au fost izolate două subtipuri diferite ale virusului.
Nu există nici o dovadă că acestea ar produce simptome ale bolii de severități diferite.
- **Cât de eficiente sunt scanerile termice în detectarea persoanelor infectate cu Coronavirus?**
Scanerile termice sunt eficiente în detectarea persoanelor care au febră (de exemplu, au o temperatură a corpului mult mai mare față de cât este normal) din cauza infecției cu Coronavirus.
Cu toate acestea, nu pot detecta persoanele care sunt infectate, dar care nu au febră, pentru că este nevoie de 2-10 zile ca persoanele care sunt infectate să devină bolnave și să facă febră.
- **Este sigur să donez sânge în contextul actual? DA.**
România are mare nevoie de donatori de sânge!
Donarea de sânge se realizează în condiții de siguranță, luându-se măsuri suplimentare pentru a împiedica transmiterea Coronavirusului.
- **Dacă am febră sau tuse pot să merg la spital? NU.**
Evitați contactul cu alte persoane și **sunăți mai întâi la medicul de familie sau la Direcția de Sănătate Publică** din județul în care locuiți.
În caz de urgență, sunați la 112.

Care este diferența între carantină și autoizolare?

- **Carantina** se instituie pentru toate persoanele care nu prezintă simptome dar **care se întorc din zonele cu transmitere comunitară extinsă a noului coronavirus (COVID-19)**. Ea va dura o perioadă de **14 zile** și va fi organizată **în spații special amenajate**, puse la dispoziție de autoritatea locală, în colaborare cu Direcția de Sănătate Publică.
- **Autoizolarea** se face la domiciliu, pentru o perioadă de **14 zile** de la data întoarcerii din călătorie, respectiv de la data ultimului contact cu o persoană simptomatică/confirmată și se instituie pentru persoanele care nu prezintă simptome dar:
 - au călătorit în ultimele 14 zile în regiuni/localități din zonele afectate de COVID-19, altele decât cele cu transmitere comunitară extinsă
 - au intrat în contact direct cu persoanele cu simptome și care au călătorit în zone cu transmitere comunitară extinsă
 - au intrat în contact direct cu persoanele care au fost confirmate cu coronavirus (COVID-19)
 - membrii de familie ai unei persoane care se încadrează în una dintre situațiile de mai sus

Cine e considerat contact apropiat al unei persoane infectate cu Coronavirus?

- Persoană cu care o persoană infectată cu noul Coronavirus locuiește;
- Persoană care a avut contact fizic direct cu o persoană infectată cu noul Coronavirus (ex.strângere de mâna neurmată de igiena mâinilor);
- Persoană care a avut contact direct neprotejat cu secreții infecțioase ale unei persoane infectate cu noul Coronavirus (ex.în timpul tusei, atingerea unor batiste cu mâna neprotejata de mănușă);
- Persoană care a avut contact față în față cu o persoană infectată cu noul Coronavirus la o distanță mai mică de 2 metri și pe o durată de peste 15 minute;
- Persoană care s-a aflat în aceeași încăpere (ex. sala de clasa, sala de ședințe, sala de așteptare din spital) cu o persoană infectată cu noul Coronavirus, timp de minimum 15 minute și la o distanță mai mică de 2 metri;
- Persoană din rândul personalului medico-sanitar sau altă persoană care acordă îngrijire directă unei persoane infectată cu noul Coronavirus sau o persoană din rândul personalului de laborator care manipulează probe recoltate de la un pacient infectat cu noul Coronavirus, fără portul corect al echipamentului de protecție;

Ce sunt zonele roșii și galbene și ce presupune asta?

- Pe scurt, în contextul COVID-19, zone geografice din întreaga lume au fost marcate cu o culoare (roșu sau galben) în funcție de risc și de consecințe. Zonele roșii impun intrarea în carantină în zone desemnate, în timp ce zonele galbene (statele cu peste 500 de cazuri confirmate de infecție cu coronavirus Covid-19) impun autoizolarea la domiciliu timp de 14 zile.
- Lista zonelor de risc (galbene și roșii) se actualizează de fiecare dată când este nevoie și poate fi consultată pe pagina cnscbt.ro sub titulatura: „Lista zone afectate”

Ce măsuri se aplică pentru șoferii de tir care fac aprovizionări?

- Șoferii mijloacelor de transport rutier cu masă de peste 3,5 t, precum și șoferii care fac aprovizionarea fermelor sau obiectivelor din industria alimentară, sunt exceptați de la impunerea regulilor de autoizolare/carantină în funcție de zonele din care sosesc (galbenă/roșie), la momentul intrării în țară.
- Cu toate acestea, la momentul intrării în țară, personalul medical chestionează toți șoferii pentru a afla dacă aceștia prezintă simptome.
- În cazul în care prezintă simptome, este anunțat serviciul 112 în vederea transportului la spital în vederea evaluării și testării.
- În cazul în care nu manifestă simptome, personalul din frontieră consiliază șoferul asupra comportamentului de urmat în cazul apariției oricărui simptom; șoferului i se va recomanda să evite, pe cât posibil, contactul cu familia sau alte persoane.
- În cazul în care șoferul este contact apropiat cu un caz confirmat, el nu va fi exceptat de la regulile de autoizolare.

Sursa: fiipregatit.ro

PLATFORMA NAȚIONALĂ DE PREGĂTIRE
PENTRU SITUAȚII DE URGENȚĂ