

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Jak się chronić przed zakażeniem koronawirusami?

Światowa Organizacja Zdrowia ogłosiła międzynarodowy stan nadzwyczajny z powodu epidemii wywołanej przez nowego koronawirusa z Chin. W związku z tym eksperci przypominają, jak każdy z nas może zmniejszyć ryzyko zakażenia, a także jego ewentualne

skutki.

Epidemia wywołana przez nowego koronawirusa, którego fachowcy nazwali "2019-nCoV", a media "koronawirusem z Wuhan" (od chińskiego miasta, w którym go po raz pierwszy wykryto w grudniu 2019 r.) zatacza coraz szersze kręgi. Liczba zakażonych osób, a także liczba zgonów spowodowanych przez ten patogen cały czas rośnie (w ciągu zaledwie kilku tygodni wirus dotarł już do ponad 20 krajów świata). W związku z dużym ryzykiem dalszego rozprzestrzeniania się nowego wirusa na całym świecie, w tym także w Europie, eksperci przypominają o podstawowych zasadach profilaktyki zakażeń.

Co robić, żeby uniknąć zakażenia koronawirusami

- Jak najczęściej myj ręce, najlepiej używając mydła i wody albo preparatów odkażających zawierających alkohol (instrukcję prawidłowego mycia rąk znajdziesz m.in. na **stronie GIS**)
- Kiedy kichasz lub kaszlesz będąc między ludźmi zakryj usta chusteczką lub swoim zgiętym łokciem, zaraz po tym wyrzuć chusteczkę i umyj ręce,
- Unikaj bliskiego kontaktu z osobami, które mają gorączkę i kaszlą,
- Jeśli masz gorączkę, kaszel i trudności z oddychaniem udaj się do lekarza, powiedz mu o ewentualnych, odbytych wcześniej dalekich podróżach,
- Nie dotykaj nieumytymi rękami oczu, nosa i ust,
- Unikaj bliskiego kontaktu z żywymi zwierzętami przebywając na terenach, gdzie odnotowano przypadki zakażenia nowym koronawirusem,
- Unikaj konsumpcji surowego lub niedogotowanego mięsa oraz mleka, a także dbaj o higienę miejsc, w których używa się surowego mięsa czy podrobów,
- Zaszczep się przeciw grypie,
- Unikaj dużych skupisk ludzi,
- Jeśli podróżujesz do Azji, unikaj bliskiego kontaktu z osobami chorymi, zwłaszcza z objawami ze strony układu oddechowego; unikaj odwiedzania bazarów lub innych miejsc, w których znajdują się żywe lub martwe zwierzęta i ptaki; unikaj kontaktu ze zwierzętami, ich wydaliniami lub odchodami oraz przestrzegaj zasad higieny rąk.

"Jeżeli w ciągu ostatnich 14 dni byłeś w Chinach lub miałeś kontakt z osobą, która była w tym czasie w Chinach, a jednocześnie masz następujące objawy: temperatura ciała powyżej 38°C, kaszel i duszność, to powinieneś zgłosić się do szpitalnego oddziału chorób zakaźnych, najbliższego Twojego miejsca zamieszkania" - czytamy w zaleceniach krajowego konsultanta w dziedzinie chorób zakaźnych, które opublikowała Państwowa Inspekcja Sanitarna. Listę szpitalnych oddziałów chorób zakaźnych działających na terenie całego kraju znaleźć można m.in. na stronie **Ministerstwa Zdrowia**.

Pozostałe osoby, u których pojawią się objawy przypominające grypę, powinny pozostawać pod opieką lekarza podstawowej opieki zdrowotnej. Takich osób będzie z pewnością w najbliższych tygodniach bardzo wiele, ponieważ jesteśmy akurat w środku jesienno-zimowego sezonu grypowego.

Co wiemy o nowym koronawirusie

- Czas wylegania infekcji wynosi od 2 do 14 dni. W tym czasie nie widać jeszcze objawów zakażenia, lecz wirus intensywnie się namnaża i może przenosić się na kolejne osoby.

- Wirus wywołuje zakażenia układu oddechowego, m.in. z ich najcięższą postacią, czyli zapaleniem płuc, które są trudne w leczeniu (można je leczyć tylko objawowo). Typowe objawy tej infekcji to: gorączka, kaszel i duszności, którym mogą towarzyszyć bóle mięśni lub głowy.
- Kilka laboratoriów na świecie zdołało już zsekwencjonować nowego koronawirusa, a także opracować test pozwalający na jego szybką identyfikację. Prowadzone są też intensywne prace nad opracowaniem szczepionki.
- Nadal nie wiadomo, skąd wywodzi się nowy wirus. Jedno z podejrzeń jest takie, że może pochodzić od węży (piszący o tym „Journal of Medical Virology” zaznacza, że są to dopiero wstępne badania). Inne hipotezy wskazują, że mógł przejść na człowieka ze szczurów, nietoperzy, borsuków albo ryb.

Szczegółowe informacje i wyjaśnienia na temat ogłoszonego przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) stanu zagrożenia zdrowia publicznego o znaczeniu międzynarodowym (Public Health Emergency of International Concern) można znaleźć na stronie internetowej WHO, a także na stronie GIS. Na koniec warto jeszcze przypomnieć, że wcześniej WHO podejmowała taką decyzję tylko kilka razy: z powodu zagrożenia wywołanego przez wirusy Ebola, Zika, Polio, a także wirusa tzw. świńskiej grypy.

W momencie ostatniej aktualizacji powyższego tekstu (2 lutego 2020 r.) łączna liczba zainfekowanych na całym świecie przypadków zakażenia nowym koronawirusem przekraczała 14 tys. (z tego ponad 300 zakończyło się śmiercią).

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29408.html>



24-09-2024

[Migrena to choroba - można ją leczyć](#)

Migrena to poważna choroba neurologiczna.



24-09-2024

[Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tężec](#)

Szczepionki powinny być dostępne bezpłatnie w placówkach.



24-09-2024

I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach

Będzie współpracowała na rzecz doskonalenia jakości kształcenia.



24-09-2024

Będzie kolejna edycja maratonu programistów

Zgłoszenia do 7 października.



24-09-2024

Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

Astma oskrzelowa spowodziową konsekwencją

Powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński, alergolog.



24-09-2024

SpaceX planuje wystrzelenie 5 bezzałogowych misji na Marsa

Ma się to odbyć w ciągu dwóch lat.



24-09-2024

Potrzebne są globalne ustalenia odnośnie mikroplastiku

Okazją do działania może być przygotowywany przez ONZ traktat.

Informacje dnia: [Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

Partnerzy