

Koronavírus (Covid19) Tájékoztató

Magyar/Hungarian

A COVID-19 egy új betegség, ami a tüdőt és a légutakat támadja meg. Ennek egy új vírus, a Koronavírus az okozója.

Mindenkinek otthon kell maradnia annak érdekében, hogy megállítsuk a koronavírus terjedését.

Ez minden korosztályra vonatkozik, még akkor is, ha Ön tünetmentes és egyéb egészségügyi megbetegedése sincs.

Mikor hagyhatja el az otthonát?

- alapvető szükségletek vásárlása céljából – csak abban az esetben, ha tényleg szüksége van rá;
- napi egyszeri testedzés céljából – mint például a futás, sétálás, biciklizés egyedül, vagy azokkal az emberekkel, akikkel együtt él;
- egészségügyi szükségletek esetén - például ha gyógyszertárba kell mennie, vagy segítségre szoruló személyek számára szállít létfontosságú eszközöket;
- munkába és munkából való utazás céljából – de csak feltétlenül szükséges esetekben;

Ha Önnek

- magas láza van – forró a mellkasa vagy a háta
- vagy újonnan, folyamatosan köhög – azaz most kezdett ismétlődően köhögni, akkor otthon kell maradnia és követnie kell azokat az elszigetelésre vonatkozó iránymutatásokat, amelyek azon háztartásokra vonatkoznak, ahol esetleges koronafertőzöttek tartózkodnak;

Kettőnél több ember gyülekezése – a vallási gyülekezeteket beleértve, de a temetéseket nem – tilos. Fontos, hogy kövesse az útmutatásban foglaltakat, ellenkező esetben 30-1000 font értékben büntethetik meg.

A rendőrség, a bevándorlási tisztviselők és a hadsereg is szerepet kaphat a közegészségügyi intézkedések végrehajtásában, valamint az élelmiszerek és egyéb létfontosságú cikkek szétosztásában a rászorulóknak számára.

A koronavírus miatt a bevándorlási óvadékkal kapcsolatos jelentési kötelezettséget ideiglenesen felfüggesztik. SMS üzenetben kapnak majd tájékoztatást a következő jelentési dátum részleteiről.

További információkat a menekültügyi rendszer változásaiával kapcsolatosan itt olvashat:

<https://www.refugeecouncil.org.uk/latest/news/changes-to-home-office-asylum-resettlement-policy-and-practice-in-response-to-covid-19/>

Kikre veszélyes a koronavírus?

A koronavírus bárkit súlyosan megbetegíthet, azonban néhány ember nagyobb kockázatnak van kitéve. Ilyen például aki:

- szervátültetésen esett át;
- bizonyos típusú rákkezelésben részesül;
- vér- vagy csontvelő rákban szenved, például leukémia;
- súlyos tüdőbetegsége van, például cisztás fibrózis vagy súlyos asztma;
- olyan állapotban van, amelyben sokkal nagyobb valószínűséggel kaphat el fertőzéseket;
- olyan gyógyszereket szed, amelyek gyengítik az immunrendszert;
- aki terhes és súlyos szívbetegségben szenved,

Ha úgy gondolja, hogy valamelyik magas kockázatú kategóriába tartozik, és 2020. március 29-ig még nem kapott levelet az egészségügyi gondozó csoportjától és a háziorvosa sem vette fel Önnel a kapcsolatot, akkor az aggályaival keresse fel a háziorvosát, vagy a kórházi orvosát. Ha Önnek nincs háziorvosa vegye fel a kapcsolatot a DOTW UK-val a 0808 1647 686 ingyenesen hívható számon, vagy a clinic@doctorsoftheworld.org.uk e-mail címen.

Hogyan védekezzen, ha magas kockázatnak van kitéve?

Ha nagy a kockázata annak, hogy a koronavírus miatt súlyosan megbetegszik, akkor különös intézkedéseket kell tennie annak érdekében, hogy elkerülje a betegséget:

Ezek az alábbiakat foglalják magukba:

- Ne hagyja el az otthonát – ne menjen ki vásárolni, gyógyszereket beszerezni, vagy testmozgást végezni;
- amennyiben lehetséges, maradjon legalább 2 méter (3 lépés) távolságra az emberektől az otthonában is;

Kérje meg a barátait, családját, vagy szomszédait hogy vásároljanak be Ön helyett, vagy menjenek el a gyógyszereiért és hagyják a termékeket az ajtó előtt.

Ha segísre van szüksége az alapvető élelmiszerek beszerzésében, akkor [regisztrálhat koronavírus támogatásra](#).

Nyomatékosan arra kérjük, hogy mindig maradjon otthon és kerülje a személyes kapcsolatot az orvosi levél kézhezvételét követően legalább 12 hétig.

[Olvassa el a teljes tájékoztatást hogyan védje magát ha magas koronavírus kockázatnak van kitéve a GOV.UK oldalon.](#)

Elszigetelésre vonatkozó iránymutatások azon háztartások számára, ahol lehetséges hogy koronavírus-fertőzöttek tartózkodnak:



Ne menjen munkába, iskolába, orvoshoz, gyógyszertárba vagy kórházba.



Használjon külön mosdót, vagy tisztítsa használat után.



Kerülje más emberrel a közeli kapcsolatot.



Szállítsa házhoz az élelmiszert és a gyógyszert.



Ne fogadjon vendéget.



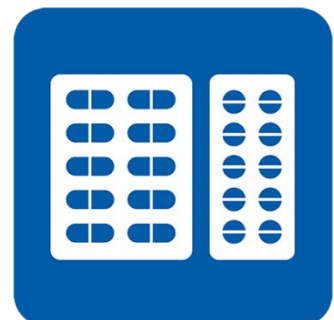
Ha lehet, egyedül aludjon.



Rendszeresen mosson kezet.



Igyon sok vizet.



A tünetek kezelésére szedjen paracetamolt.

További tájékoztatásért az alábbi linken találhat:

<https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-stay-at-home-guidance>

Meddig kell az elszigetelésre vonatkozó iránymutatásokat követnem?

- Akinek koronavírus okozta tünetei vannak, annak legalább 7 napig otthon kell maradnia, másoktól elszigetelve.
- Ha másokkal él egy háztartásban, akkor nekik legalább 14 napig kell otthon maradniuk, másoktól elszigetelve, hogy ne terjesszék a fertőzést a házon kívül.
- Ha valaki más a háztartásból szintén koronavírus jellegű tüneteket mutat, akkor a tünetek megjelenésétől számítva nekik is további 7 napig otthon kell maradniuk, elszigetelve másoktól. Akkor is, ha ez azt jelenti, hogy 14 napnál tovább kell otthon maradniuk.
- Ha valaki a háztartásból 70 éves vagy idősebb, krónikus betegsége van, terhes vagy gyenge az ellenálló képessége, az lehetőleg máshol töltsse a 14 napot.
- Ha mindenképpen együtt kell otthon maradni, próbáljanak, egymástól a lehető legtávolabb tartózkodni.

Mikor hívjam az NHS 111-et?

- Ha olyan betegnek érzi magát, hogy nem tudja a szokásos tevékenységeit folytatni, például TV-t nézni, telefonját használni, olvasni vagy felkelni.
- Ha úgy érzi nem tudja tovább elviselni a tüneteket otthon
- Ha állapota rosszabbodik
- Ha tünetei 7 napon túl sem javulnak

Hogyan lépek kapcsolatba az NHS 111-gyel?

Használhatja az internetes kapcsolatot további tájékozódásra: [NHS 111 online coronavirus service](#). Ha nincs internetes hozzáférhetősége, akkor hívja az 111-et (ez ingyenes szám). Kérhet anyanyelvi tolmácsot.

Számít-e a bevándorlási helyzetem?

A koronavírussal kapcsolatos mindennemű NHS ellátás mindenkinek ingyenes a bevándorlási helyzetétől függetlenül az Egyesült Királyságban. Ebbe a koronavírus kezelése és a vizsgálata is beletartozik, akkor is, ha az eredmény negatív. Az NHS kórházak nem ellenőrzik azon személyek bevándorlási helyzetét, aki koronavírus tesztelésben, vagy kezelésben részesülnek.

Hogyan tudom lassítani a Koronavírus terjedését?

- Gyakran mosson kezet szappannal, alkalmanként legalább 20 másodpercig.
- Tartsa be az otthon-maradási tanácsot.

Ez a tájékoztatás az NHS egészségügyi tájékoztatásán alapszik és mindenkire vonatkozik az országban, függetlenül attól, hogy eredetileg melyik országból származik. További tájékoztatás itt található:

- NHS Guidance: <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/>
- WHO guidance: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>