Folkhälsomyndigheten

O nowym koronawirusie i chorobie COVID-19

Od grudnia 2019 r. na całym świecie rozprzestrzenia się nowy koronawirus. Choroba wywołana przez wirusa nosi nazwę COVID-19.

Przebieg choroby u większości ludzi będzie łagodny

U większości ludzi choroba będzie miała łagodny przebieg z objawami takimi jak kaszel i gorączka i przejdzie sama z siebie, ale niektórzy mogą poważnie zachorować, mieć trudności z oddychaniem i zapalenie płuc.

Wirus jest przenoszony przez bliski kontakt z chorym lub gdy chory kaszle lub kicha, jest to tak zwane zakażenie kroplowe.

Objawy są często łagodne i zwykle pochodzą po około pięciu dniach od zarażenia. Ale objawy te mogą także pojawić się wcześniej lub później niż po pięciu dniach.

COVID-19 powoduje ogólny stan chorobowy z jednym lub wieloma poniższych objawów:

- kaszel,
- gorączka,
- trudności z oddychaniem,
- katar,
- ból gardła,
- ból głowy,
- bóle mięśni i stawów,
- mdłości.

Przebieg choroby u osób starszych może być poważniejszy

Niektórzy mają poważniejsze dolegliwości, takie jak trudności w oddychaniu i zapalenie płuc.

Większość osób, u których choroba ma poważniejszy przebieg, to osoby starsze w wieku ponad 80 lat. Także u osób z chronicznymi chorobami serca i płuc lub chorującymi na chorobę nowotworową choroba może mieć poważniejszy przebieg.

Siedem prostych rad, aby chronić ciebie i innych:

1. Zostań w domu, jeżeli jesteś chory/-a lub masz łagodne objawy, takie jak ból gardła, kaszel lub katar. Zostań w domu przez co najmniej 48 godzin po wyzdrowieniu.
2. Myj często ręce mydłem i ciepłą wodą przez co najmniej 20 sekund.
3. Jeżeli nie ma możliwości umycia rąk, użyj płynu dezynfekującego do rąk.
4. Unikaj bliskiego kontaktu z chorymi.
5. Nie dotykaj rękami oczu, nosa lub ust.
6. Pamiętaj, żeby kasłać i kichać w zgięcie łokciowe lub w papierową chusteczkę higieniczną.
7. Nie odwiedzaj osób starszych, jeżeli jesteś chory lub masz objawy choroby.

Ważne numery telefonów

- Zadzwoń pod numer 113 13, aby uzyskać odpowiedzi na ogólne pytania dotyczące COVID-19.
- Jeżeli nie możesz zaopiekować się sobą samodzielnie, możesz zadzwonić pod numer telefonu 1177, żeby uzyskać poradę (po szwedzku i angielsku).
- W sytuacji zagrażającej życiu zadzwoń pod numer 112.

Aktualne informacje
i odpowiedzi na zwykłe pytania znajdziesz na stronie internetowej www.folkhalsomyndigheten.se/COVID-19

Om det nya coronaviruset och sjukdomen covid-19, Polska 2020-03-13