



# ACCÉSSS

Alliance des Communautés Culturelles pour  
l'Égalité dans la Santé et les Services Sociaux

**Svjetska Zdravstvena Organizacija** službeno deklarira **status pandemije** zbog virusa COVID-19 i, iako je širenje zaraze u Quebecu zasad pod kontrolom, **sljedećih par tjedana su kritični** za suzbijanje zaraze; i naša vlada uzima sve **potrebne korake** da reagira s brzinom i stručnošću, znanstvenom i socijalnom.

## Što je COVID-19?

COVID-19 je virus u rodu koronavirusa koji izaziva ozbiljne zdravstvene probleme, pogotovo za starije osobe, osobe koje imaju slabiji imunitet i osobe koje pate od kroničnih bolesti.

## Koji su simptomi COVID-19?

Simptomi su slični kao kod sezonske gripe ili prehlade. Karakterizirani su kao:

- naglo jaka groznica
- kašalj
- umor
- i teško disanje

## Jesu li simptomi isti za svaku osobu?

Neke osobe mogu biti bez simptoma i ozdraviti bez potrebe za posebnim tretmanom ili blago pokazivati nekoliko simptoma.

Drugi pacijenti pate od bolova, začepljenog nosa i rijetke stolice.

Simptomi mogu biti blagi (slični kao kod prehlade) ili jači (kao oni povezani s upalom pluća, sa disanjem i teškoćama sa bubrežima). U ozbiljnim slučajevima, infekcija može izazvati smrt.

## Koji su organi najviše pogođeni?

Obično: nos, grlo i pluća

## Kako se virus prenosi?

Virus se može prenijeti:

- u direktnom kontaktu sa izdisajnim kapljicama od zaražene osobe koja zakašlje ili kihne
- bliski ili produženi kontakt s zaraženom osobom
- indirektan kontakt s rukama, stvarima ili površinama pokrivenim s kapljicama izbačenim iz usta, nosa, ili očiju zaražene osobe

## Koliko dugo može Koronavirus preživjeti?

Općenito Koronavirus ne može preživjeti dugo na stvarima:

- oko 3 sata na suhim stvarima i površinama
- 6 dana na mokrim stvarima i površinama

## Što da radim ako imam simptome?

Stanovnici Quebeca koji razvijaju simptome kao što su groznica, kašalj ili teškoće s disanjem nakon povratka sa putovanja izvan Kanade se mole da nazovu **1 877 644 4545**.

Posebne klinike su postavljene širom Quebeca da se može brže ustanoviti dijagnoza za ljude koji su možda zaraženi; međutim, **morate nazvati 1 877 644 4545 prije nego što se prijavite u bilo koju od ovih klinika.**

△ Kad zovete ili dođete u bolnicu, morate spomenuti ako ste posjetili drugu državu od početka 2020e, ili ako ste imali kontakt s osobama koje su putovale ili se doselile u Quebec nedavno.

## Da li postoji cjepivo ili lijek za virus?

Za sada ne postoji niti cjepivo niti lijek, ali može se pružiti tretman za ublažavanje simptoma. Većina zaraženih ljudi se sami oporave.

Najbolji način da se zaštitite od virusa je da slijedite sljedeće upute:

## Kako mogu spriječiti zarazu od ovog virusa?

Ovo su dokazane higijenske mjere preporučene za svakoga:

- Operite ruke često sa sapunom i toplom vodom barem 20 sekundi
- Držite se zakona higijene kada zakašljete ili kihnete
- Pokrijte usta i nos sa rukom da umanjite širenje klica kad zakašljete ili kihnete
- Ako koristite maramice, bacite ih ako možete i operite ruke nakon toga
- Izbjegavajte posjete ljudima u bolnicama ili ustanovama za dugoročnu njegu tijekom 14 dana nakon povratka iz stranih zemalja, ili ako ste bolesni.
- Izbjegavajte direktan fizički kontakt, kao rukovanje ili ljubljenje kad pozdravljate nekog.

Regionalna uprava za javno zdravstvo u Montrealu je potvrdila da je pristup posebnim klinikama za COVID-19 kod Hôtel-Dieu bolnice otvoren za sve, bez obzira na imigracijski status, sa ili bez zdravstvenog osiguranja RAMQ. Ne zaboravite zvati 1 877 644 4545 da budete ispravno upućeni.

Ovo je stranica Regionalne Uprave za Javno Zdravstvo u Montrealu gdje možete naći više informacija o ovom virusu: <https://santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19/>

## Korisni linkovi:

## COVID-19 opće informacije putem telefona, od ponedjeljka do petka, od 0800 do 1800 1 877 644 4545

Vlada Kanade, informacije putem telefona za COVID-19: **18337844397**

Svjetska Zdravstvena Organizacija (WHO): <https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

Vlada Quebeca: <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/#c46333>

U nastavku su **najnovije mjere poduzete** za ograničavanje širenja COVID-19:

- 14 dana **dobrovoljne izolacije** kod kuće za svaku osobu koja se vratila iz inozemstva, počevši od 12.03.2020
- 14 dana **obavezne izolacije** kod kuće za zaposlenike u javnom sektoru i osoblje zaposlene u zdravstvu, školama i vrtićima, javnim i privatnim, koji su se vratili iz inozemstva počevši od 12.03.2020.
- **Otkazivanje svih nepotrebnih okupljanja u zatvorenim prostorima** tijekom 30 dana počevši od 12.03.2020.
- **Prekid svih usluga vrtića** (CPE, subvencionirane i nesubvencionirane usluge vrtića, kućnu brigu o djeci, i jaslice) i sve obrazovne ustanove (osnovne i srednje škole, profesionalne škole, privatne škole, CÉGEP, fakulteti, sveučilišta) **od 16. do 27. ožujka uključivo**. Uvest će se posebne mjere za održavanje usluga vrtića da prilagode roditeljima koji rade u javnom zdravstvu i ostalim bitnim uslugama.
- U konačnici, **zdravstvene mjere prevencije i kontrole bit će poboljšane** za svaki slučaj od pretpostavljene ili potvrđene infekcije.