



ACCÉSSS

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

Fakty na temat COVID-19 - Koronawirus 19

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) oficjalnie ogłosiła **status pandemii** w odniesieniu do wirusa COVID-19 i chociaż jej rozprzestrzenianie się w Quebecu jest obecnie pod kontrolą, **następne kilka tygodni ma kluczowe znaczenie dla przeciwdziałania zarażeniu**, a nasz rząd podejmuje **wszelkie niezbędne kroki**, zarówno naukowe i społeczne, aby zareagować szybko i skutecznie.

Co to jest COVID-19?

COVID-19 jest wirusem z rodziny koronawirusów, który może powodować poważne problemy zdrowotne, szczególnie u osób starszych, osłabionych lub cierpiących na choroby przewlekłe.

Jakie są objawy COVID-19?

Objawy są podobne do objawów grypy sezonowej lub przeziębienia. Charakteryzuje się:

- ... nagłą i silną gorączką;
- ... kaszlem;
- ... zmęczeniem;
- ... trudnościami w oddychaniu.

Czy objawy są takie same dla wszystkich?

Niektóre osoby mogą przejść zakażenie bezobjawowo i wrócić do zdrowia bez potrzeby specjalnego leczenia lub mogą wykazywać niewiele objawów.

Inni pacjenci mogą odczuwać ból, mieć katar lub biegunkę, która rozwija się stopniowo.

Objawy mogą być łagodne (podobne do przeziębienia) lub poważniejsze (takie jak przy zapaleniu płuc czy trudnościach w oddychaniu i problemach z nerkami). W ciężkich przypadkach infekcja może spowodować śmierć.

Które narządy są najbardziej narażone?

Zwykle: nos, gardło i płuca.

Jak ten wirus jest przenoszony?

Wirus może być przenoszony przez:

- ... bezpośredni kontakt z wydychanymi kroplami osoby zarażonej, gdy kaszle lub kicha;
- ... bliski i długotrwały kontakt z osobą zarażoną;
- ... pośredni kontakt z rękami, przedmiotami lub powierzchniami pokrytymi kropelkami wydalnymi przez usta, nos lub oczy osoby zarażonej.

Jak długo może przetrwać Coronavirus 19?

Zasadniczo Coronavirus 19 nie przetrwa długo na przedmiotach:

- ... Około 3 godzin na suchych przedmiotach i powierzchniach;
- ... 6 dni na mokrych przedmiotach lub powierzchniach.

Co zrobić, jeśli mam objawy?

Mieszkańcy Quebecu, u których po powrocie z podróży poza Kanadę wystąpią objawy takie jak: gorączka, kaszel lub trudności z oddychaniem, proszeni są o kontakt telefoniczny.

W Quebecu utworzono kliniki przesiewowe w celu szybkiego zdiagnozowania osób, które mogły zostać zakażone, jednak przed pojawieniem się w którejkolwiek z tych klinik należy zadzwonić pod numer **1 877 644 4545**.

- Dzwoniąc lub odwiedzając szpital, należy podać, czy od początku 2020 roku odwiedziłeś inny kraj, czy też miałeś kontakt z osobami, które niedawno podróżowały lub imigrowały.

Czy istnieje szczepionka lub sposób leczenia wirusa?

W tej chwili nie ma szczepionki ani leczenia, ale jest dostępne leczenie wspomagające w celu złagodzenia objawów.

Większość zainfekowanych osób samodzielnie odzyskuje zdrowie.

Najlepszym sposobem ochrony przed wirusem jest przestrzeganie następujących zasad profilaktyki:

Jak mogę zapobiec zarażeniu się koronawirusem?

Poniżej znajdują się sprawdzone środki higieny zalecane dla wszystkich:

- Należy często myć ręce mydłem i bieżącą letnią wodą przez co najmniej 20 sekund;
- Jeśli nie masz dostępu do mydła i wody, użyj środka dezynfekującego na bazie alkoholu;
- Przestrzegaj zasad higieny podczas kaszlu lub kichania;
 - Zakryj usta i nos ramieniem, aby ograniczyć rozprzestrzenianie się kropelek podczas kaszlu lub kichania;
 - Jeśli używasz chusteczki papierowej, wyrzuć ją, a następnie umyj ręce;
- Unikaj odwiedzania osób w szpitalach lub domach opieki w ciągu 14 dni po powrocie z zagranicy lub jeśli jesteś chory;
- Unikaj bezpośredniego kontaktu fizycznego, np. uścisku dłoni lub pocałunku, podczas powitania.

Regionalna Dyrekcja Zdrowia Publicznego w Montrealu potwierdziła, że dostęp do kliniki badań przesiewowych COVID-19 w szpitalu Hôtel-Dieu jest otwarty dla wszystkich, niezależnie od ich statusu imigracyjnego, z ubezpieczeniem RAMQ lub bez niego. Nie zapomnij zadzwonić pod numer 1 877 644 4545, aby uzyskać odpowiednie skierowanie.

Więcej informacji na temat tego wirusa znajduje się na stronie internetowej Regionalnej Dyrekcji Zdrowia Publicznego w Montrealu:

<https://santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19/>

Przydatne linki:

Linia telefoniczna -Informacje ogólne o COVID-19, od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:00 do 18:00: [1877 644 4545](tel:18776444545)

Informacyjna linia telefoniczna rządu Kanady o COVID 19: [1 833 784 4397](tel:18337844397)

Witryna WHO: <https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

Strona internetowa rządu Quebecu: <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/#c46333>

Poniżej przedstawiono najnowsze podjęte środki w celu ograniczenia rozprzestrzeniania się COVID-19:

- 14-dniowa **dobrowolna izolacja w domu** wszystkich osób, które powróciły z zagranicy, począwszy od 12 marca 2020 r;
- 14-dniowa **obowiązkowa izolacja w domu** wszystkich pracowników sektora publicznego, a także całego personelu, zarówno publicznego, jak i prywatnego, zatrudnionego w służbie zdrowia, edukacji i przedszkolach, którzy powrócili z zagranicy od 12 marca 2020 r;
- **Anulowanie wszystkich niepilnych zgromadzeń w pomieszczeniach zamkniętych, na 30 dni począwszy od 12 marca 2020 r, bez względu na liczbę uczestników;**
- **Przerwanie wszystkich usług opieki nad dziećmi** (CPE, dotowanych i niedotowanych usług opieki dziennej, rodzinnej opieki dziennej i nieuregulowanych żłobków) oraz wszystkich placówek edukacyjnych (szkół podstawowych i średnich, ośrodków szkoleniowych, szkół prywatnych, CÉGEP-ów, szkół wyższych i uniwersytetów) **od 16 do 27 marca włącznie**. Ustanowione zostaną specjalne środki w celu utrzymania usług opieki dziennej dla rodziców, którzy pracują w publicznej sieci opieki zdrowotnej i innych podstawowych usługach;
- **Środki profilaktyki i kontroli** zostaną zaostrzone w każdym przypadku domniemanego lub potwierdzonego zakażenia.

© Produced by Alliance des communautés culturelles pour l'égalité dans la santé et les services sociaux — ACCÉSSS.