

NOVI KORONAVIRUS SARS CoV-2 IN BOLEZEN COVID-19

Novi koronavirus je domnevno preskočil na človeka iz netopirjev. Med ljudmi se prenaša kapljično, kar pomeni s kapljicah slin in izločkov, ki se sprostijo v okolico bolnikov ob kašljanju, kihanju, smrkanju ipd. Varna razdalja, med ljudmi naj bi bila okrog 1, 5 metra. Prenasa se seveda tudi pri stiskanju rok, ob prijemanju določenih predmetov pohištva, če je virus nanje prenesel bolnik. Na površinah pohištva in drugih predmetov lahko virus preživi do nekaj ur. Na paketih ali pismih iz Kitajske naj virus ne bi dolgo preživel in je prejemanje pošte varno. Razkužila virus uničijo.

Težave, ki jih bolnik po inkubacijski dobi, ki traja od dva do dvanajst dni (ne več, kot 14 dni) so sledeče: vročina, glavobol, kašelj, lahko tudi oteženo dihanje in občutek pomanjkanja zraka, če se razvija pljučnica. V kar v 80 odstotkih je potek bolezni blag. Zaplete pa se bolezen pri starejših ljudeh, pri kronično bolnih, pri vseh z zmanjšano odpornostjo (astmatiki, bolniki s kroničnim bronhitisom, srčnimi boleznimi, sladkorno boleznijo, s presajenimi organi ..). Smrtnost se giblje približno okrog 2 odstotka. Cepiva še ni. Višje temperature na pomlad in poletje virus zajezi in uničijo.

Za preprečevanje širjenj bolezni se ravnamo po navodilih, kot pri vseh kapljičnih infekcijah. Zelo pomembno je obnašanje pri kašljanju, kihanju, pogovoru z drugimi ljudmi. Kašljanje in kihanje, pa tudi zavzeto govorjenje odnašajo kapljice slin okužene z virusi v naše okolje. Kašljajmo ali kihajmo torej vedno v odprt papirnat robček, ki ga takoj po uporabi prepognemo in odnesemo ter vržemo v smeti. V sili, ko robčka nimamo, kašljajmo v zgornji del rokava obleke v višini komolca. Takoj po zaščitenem kašljanju ali kihanju si umijmo roke z vodo in milom, ter uporabimo razkužilo za roke! Izogibajmo se seveda tudi tesnejšim stikom z ljudmi, posebej v zaprtih prostorih. Ti ukrepi se obnesejo dobro pri vseh virusnih boleznih, ki se prenašajo kapljično.

Na bolezen zaradi koronavirusa bomo pomislili predvsem iz anamneze, če je bil bolnik v stiku sumljivimi bolniki, ki prihajajo iz dežel, kjer je virus že navzoč. Seznam teh dežel je trenutno sledeč: Vuhan ali kjerkoli na Kitajskem (vključno Honkong in Macao), Južna Koreja, Iran in v italijanskih provincah Lombardija, Veneto, Piemont, ali Emiglia Romagna. Seznam dežel se bo spreminjal glede na širjenje virusa.

Klinično je težko reči, da gre točno za to okužbo in je virus treba dokazati iz brisa nosno-žrelnega prostora, žrela in izpljunka. Test daje rezultate v približno treh urah. Če bolnik sumi na okužbo s koronavirusom SARS CoV-2, naj ostane doma in le pokliče svojega lečečega zdravnika ali najbližji urgentni center in upošteva dobljena navodila s strani zdravstvenih delavcev. Šele ob poslabševanju stanja pa bo poiskal pomoč v zdravstveni ustanovi. Ta ustanova bo omogočila obravnavo, ki bo ločena od ostalih drugače bolnih ljudi. Odločitev glede testiranja na opisani virus bo sprejel pristojni zdravnik. Samoplačniško testiranje ni na voljo. Vse bolnike z okužbo bomo iz ambulant prijavili epidemiologu območne enote, le-ta pa bo poiskal osebe, ki so bile z bolnikom v tesnem kontaktu.

Če potek bolezni ni težak in ostane bolnik doma, je treba upoštevati naslednja navodila:

- Večino časa preživite v drugi sobi kot ostali družinski člani, če je to le mogoče. Omejite stike z družinskimi člani (vzdržujte razdaljo najmanj 1,5 metra med vami in ostalimi družinskimi člani).
- Redno prezračujte prostore, v katerih se zadržujete. Prezračite prostor za pet do deset minut večkrat na dan.
- Upoštevajte pravilno higieno kašlja (preden zakašljate/kihnete, si pokrijte usta in nos s papirnatim robčkom ali zakašljajte/kihnite v zgornji del rokava). Papirnat robček po vsaki uporabi odvrzite v koš.

- Skrbno si umivajte roke z milom in vodo, po potrebi jih tudi razkužujte. Vsebnost alkohola v razkužilu naj bo najmanj 60 %. Glede pravilne higiene rok si oglejte prilogi.
- Uporabljajte svoj jedilni/higienski pribor, perilo in brisače.
- Površine vidno onesnažene z respiratornimi izločki, očistite; prav tako redno čistite ostale površine. Uporabite čistila, ki jih imate doma.
- Svoje perilo operite z običajnim pralnim praškom na vsaj 60°C.
- V primeru poslabšanja stanja (poslabšanje kašlja z gnojnim izpljunkom, težko dihanje, pojav apatičnosti in zmedenosti ipd.), se preko telefona posvetujte z vašim osebnim zdravnikom glede nadaljnjih ukrepov.

Zbral, uredil in napisal: Franc Koren, dr. med.

Viri:

- www.nijz.si-nijz/si/sl/pojav-novega-koronavirusa-2019-ncov
- NIJZ, Navodila za bolnika z novim koronavirusom SARS-CoV-2 v domači oskrbi