



A koronavírus-fertőzés kifejezetten az idős emberekre, krónikus betegekre veszélyes!

Rájuk kell legjobban vigyáznunk! Minden 6. fertőzöttből nagyjából 1-nél alakul ki súlyos betegség és légzési nehézség. Azoknál valószínűbb ezeknek a kialakulása, akiknek már olyan meglévő egészségügyi problémáik vannak, mint a magas vérnyomás, szívproblémák, vagy cukorbetegség, valamint az idősebbeknél. Veszélyeztetettek a daganatos betegséggel küszködők, transzplantáltak, illetve az immunbetegségben szenvedők.

Csak a szakembereknek higgyenek!

Sajnos továbbra is megjelennek a médiában, elsősorban a közösségi médiában olyan cikkek és információk, amelyek nem valósak, megtevesztik a lakosságot, és azt hitetik el, hogy néhány végtelenül egyszerű tanács megfogadásával hatékonyan előzhetjük meg, vagy kerülhetjük el a fertőzést.

A meleg tea nem öli meg a vírust, amelytől megfertőződünk!

Hiába tesszük ki a ruhánkat a friss levegőre, napfényre, attól nem pusztul el a vírus!

De mit is tehetünk akkor?

- Legyünk körültekintők, fokozottan tartsuk be a higiéniai szabályokat, mossunk gyakran bő szappanos vízzel kezet!
- Szükség szerint használjunk kézfertőtlenítőszereket!
- Kerüljük azokat a helyeket, ahol sok ember tartózkodik hosszabb ideig zárt térben!
- Köhögéskor, tüsszentéskor tartsunk az arcunk elé papírzsebkendőt, és azt csak egy alkalommal használjuk!
- Ha nincs nálunk papír zsebkendő ne a tenyerünkbe, hanem a könyökhajlatba tüsszentsünk, köhögjünk!
- Ha állandó gyógyszereket szedünk, tartsunk otthon azokból legalább egy óra elegendő adagot, hogy egyéb betegségünk híján ne kelljen orvoshoz és gyógyszerertarba mennünk!
- Fogyasszunk sok gyümölcsöt, zöldséget és vitamint, hogy erősítsük immunrendszerünket!
- Csak akkor menjünk bárhová, ha az halaszthatatlan!