

Koronavírus (Covid19) Tájékoztató

Magyar/Hungarian

Ez a tájékoztatás az NHS egészségügyi tájékoztatásán alapszik és mindenkire vonatkozik az országban, függetlenül attól, hogy eredetileg melyik országból származik.

Version 5 [01.06.2020]



Tartalom

Koronavírus (Covid19) Tájékoztató

Kikre veszélyes a koronavírus?

Hogyan védekezzen, ha magas kockázatnak van kitéve?

Elszigetelésre vonatkozó iránymutatások azon háztartások számára, ahol lehetséges hogy koronavírus-fertőzöttek tartózkodnak:

Meddig kell az elszigetelésre vonatkozó iránymutatásokat követnem?

Mikor hívjam az NHS 111-et?

Hogyan lépjek kapcsolatba az NHS 111-gyel?

Számít-e a bevándorlási helyzetem?

Hogyan segíthetek lassítani a Koronavírus terjedését?

Koronavírus (Covid19) Tájékoztató

A COVID-19 egy új betegség, ami a tüdőt és a légutakat támadja meg. Ennek egy új vírus, a Koronavírus az okozója.

Mindenkinek otthon kell maradnia amelyre csak lehet, annak érdekében, hogy megállítsuk a koronavírus terjedését.

Ez minden korosztályra vonatkozik, még akkor is, ha Ön tünetmentes és egyéb egészségügyi megbetegedése sincs.

Mikor hagyhatja el az otthonát?

- vásárlása céljából, olyan üzletekbe amik engedélyezetten vannak nyitva – élelmiszerért, gyógyszerért es interneten vagy telefonon rendelt áruk felvételéért.
- testedzés céljából (vagy Anglia területén kültéri időtöltésre) – mindaddig amíg be tudja tartani a 2 méter távolságot azokon kívül akikkel együtt él.
- egészségügyi szükségletek esetén, véradás miatt, betegség vagy sérülés elkerülése érdekében, ha veszélyeztetve érzi magát, vagy ha rászorulókat ápol vagy segít.
- munkába és munkából való utazás céljából – de csak akkor ha nem tud otthonról dolgozni;

Ha Önnek

- magas láza van – forró a mellkasa vagy a háta
- vagy újonnan, folyamatosan köhög – azaz most kezdett ismétlődően köhögni,
- a szagló- és ízlelőképesség romlása vagy elvesztése (anosmia) - ha szagló- és ízlelőképességét elvesztette, vagy ha az illatok, ízek eltérnek a normálistól

akkor otthon kell maradnia és követnie kell azokat az [elszigetelésre vonatkozó iránymutatásokat, amelyek azon háztartásokra vonatkoznak, ahol esetleges koronafertőzöttek tartózkodnak.](#)

Kettőnél több ember gyülekezése korlátozott:

- Ha Angliában és Észak-Írországban él, akkor legfeljebb 6 emberből álló csoportokban találkozhat, amelyek különböző háztartásokból származnak.
- Ha Walesben él, két helyi háztartás tagjai találkozhatnak (5 mérföldön belül).
- Ha Skóciában él, akkor két háztartás tagjai találkozhatnak, mindaddig amíg a csoport tagjainak száma nem haladja meg a 8 embert.
- Ezeket az összejöveteleket csak kültéren vagy magánkertekben lehet megtartani, mindaddig amíg az egymástól való 2 méteres távolságot meg lehet őrizni.

Fontos, hogy kövesse az útmutatásban foglaltakat, ellenkező esetben megbüntethetik.

A rendőrség, a bevándorlási tisztviselők és a hadsereg is szerepet kaphat a közegészségügyi intézkedések végrehajtásában, valamint az élelmiszerek és egyéb létfontosságú cikkek szétosztásában a rászorulóknak számára.

A koronavírus miatt a bevándorlási óvadékkal kapcsolatos jelentési kötelezettséget ideiglenesen felfüggesztik. SMS üzenetben kapnak majd tájékoztatást a következő jelentési dátum részleteiről. További információkat a menekültügyi rendszer változásaival kapcsolatosan itt olvashat:

<https://www.refugeecouncil.org.uk/latest/news/changes-to-home-office-asylum-resettlement-policy-and-practice-in-response-to-covid-19/>

Kikre veszélyes a koronavírus?

A koronavírus bárkit súlyosan megbetegíthet, azonban néhány ember nagyobb kockázatnak van kitéve. Ilyen például aki:



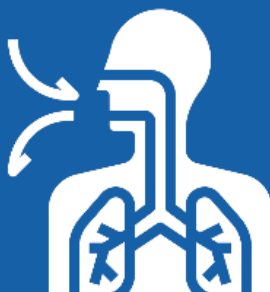
szervátültetésen esett át



bizonyos típusú rákkezelésben részesül



vér- vagy csontvelő rákban szenved, például leukémia



súlyos tüdőbetegsége van, például cisztás fibrózis vagy súlyos asztma



olyan állapotban van, amelyben sokkal nagyobb valószínűséggel kaphat el fertőzéseket



olyan gyógyszereket szed, amelyek gyengítik az immunrendszert



aki terhes és súlyos szívbetegségben szenved

Ha úgy gondolja, hogy valamelyik magas kockázatú kategóriába tartozik, és 2020. március 29-ig még nem kapott levelet az egészségügyi gondozó csoportjától és a háziorvosa sem vette fel Önnel a kapcsolatot, akkor az aggályaival keresse fel a háziorvosát, vagy a kórházi orvosát. Ha Önnek nincs háziorvosa vegye fel a kapcsolatot a DOTW UK-val a **0808 1647 686** ingyenesen hívható számon, vagy a clinic@doctorsoftheworld.org.uk e-mail címen.

Hogyan védekezzen, ha magas kockázatnak van kitéve?

Ha COVID-19 tünetei vannak, például új, folyamatos köhögése vagy láza van, forduljon orvosi tanácshoz az NHS 111 online koronavírus szolgálatánál, vagy hívja az NHS 111-et. Cselekedjen, amint a tünetek megjelennek.

Ha nagy a kockázata annak, hogy a koronavírus miatt súlyosan megbetegszik, akkor különös intézkedéseket kell tennie annak érdekében, hogy elkerülje a betegséget:

Ezek az alábbiakat foglalják magukba:

- Ne hagyja el az otthonát – ne menjen ki vásárolni vagy gyógyszereket beszerezni;
 - Ha Angliában és Észak-Írországból él, akkor szabadban tölthet idejét akikkel egy háztartásban él, vagy ha egyedül él, egy személlyel egy másik háztartásból – a 2 méteres távolságtartással
 - Ha Walesben él, kimehet testmozgást végzésére, a 2 méteres távolságtartással
- Ne menjen gyülekezetekbe (családot és barátokat is beleértve)
- amennyiben lehetséges, maradjon legalább 2 méter (3 lépés) távolságra az emberektől az otthonában is;
- Kerüljön barkit aki nem erzi jól magát vagy Koronavírus tünetei vannak.

Kérje meg a barátait, családját, vagy szomszédait hogy vásároljanak be Ön helyett, vagy menjenek el a gyógyszereiért és hagyják a termékeket az ajtó előtt.

Ha segítségre van szüksége az alapvető élelmiszerek beszerzésében, akkor regisztrálhat koronavírus támogatásra:

- Ha Angliában él: <https://www.gov.uk/coronavirus-extremely-vulnerable>
- Ha Észak Írországból él: <https://www.adviceni.net/eform/submit/covid-support-referral>
- Ha Skóciában él, hívja a: 0800 111 4000 számot
- Ha Wales-ben él, a kézbesített levelében találhatja a kapcsolatok modját

Olvassa el a teljes tájékoztatást hogyan védje magát ha magas koronavírus kockázatnak van kitéve a GOV.UK oldalon. <https://www.gov.uk/government/publications/guidance-on-shielding-and-protecting-extremely-vulnerable-persons-from-covid-19>

Elszigetelésre vonatkozó iránymutatások azon háztartások számára, ahol lehetséges hogy koronavírus-fertőzöttek tartózkodnak:



Ne menjen munkába, iskolába, orvoshoz, gyógyszertárba vagy kórházba.



Használjon külön mosdót, vagy tisztítsa használat után.



Kerülje más emberrel a közeli kapcsolatot.



Szállítsa házhoz az élelmiszert és a gyógyszert.



Ne fogadjon vendéget.



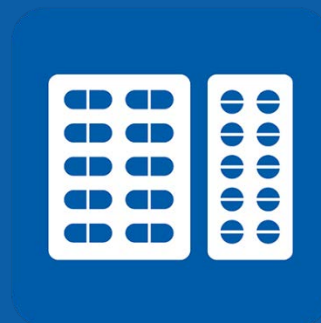
Ha lehet, egyedül aludjon.



Rendszeresen mosson kezet.



Igyon sok vizet.



A tünetek kezelésére szedjen paracetamolt.

Kérjen koronavírus-tesztet, amint tünetei jelentkeznek (a tesztet 5 napon belül meg kell csinálni): <https://www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test>. Meg kell adnia elérhetőségét és szükség lesz egy működőképes mobiltelefonra is, hogy szöveges üzenetben meg tudja kapni a teszt eredményeit.

További tájékoztatásért az alábbi linken találhat:

<https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-stay-at-home-guidance>

Meddig kell az elszigetelésre vonatkozó iránymutatásokat követnem?

- Akinek koronavírus okozta tünetei vannak, annak legalább 7 napig otthon kell maradnia, másoktól elszigetelve.
- Ha másokkal él egy háztartásban, akkor nekik legalább 14 napig kell otthon maradniuk, másoktól elszigetelve, hogy ne terjesszék a fertőzést a házon kívül.
- Ha valaki más a háztartásból szintén koronavírus jellegű tüneteket mutat, akkor a tünetek megjelenésétől számítva nekik is további 7 napig otthon kell maradniuk, elszigetelve másoktól. Akkor is, ha ez azt jelenti, hogy 14 napnál tovább kell otthon maradniuk.
- Ha valaki a háztartásból 70 éves vagy idősebb, krónikus betegsége van, terhes vagy gyenge az ellenálló képessége, az lehetőleg máshol töltsen a 14 napot.
- Ha mindenképpen együtt kell otthon maradni, próbáljanak, egymástól a lehető legtávolabb tartózkodni.

Mikor hívjam az NHS 111-et?

- Ha olyan betegnek érzi magát, hogy nem tudja a szokásos tevékenységeit folytatni, például TV-t nézni, telefonját használni, olvasni vagy felkelni.
- Ha úgy érzi nem tudja tovább elviselni a tüneteket otthon
- Ha állapota rosszabbodik
- Ha tünetei 7 napon túl sem javulnak

Hogyan lépjek kapcsolatba az NHS 111-gyel?

Használhatja az internetes kapcsolatot további tájékozódásra: **NHS 111 online coronavirus service** (<https://111.nhs.uk/service/COVID-19/>). Ha nincs internetes hozzáférhetősége, akkor hívja az 111-et (ez ingyenes szám). Kérhet anyanyelvi tolmácsot.

Számít-e a bevándorlási helyzetem?

Bármilyen külföldről Angliába érkező állampolgárnak - beleértve azon személyeket, akik engedély nélkül tartózkodnak az Egyesült Királyság területén - nem kell megtérítenie a következő koronavírus-sal kapcsolatos vizsgálatokat:

- Koronavírusra elvégzett teszt (akkor sem ha a teszt eredménye egybként negatív lesz);
- A koronavírusra vonatkozó orvosi kezelés költségét - amennyiben elkezdődik a kezelés és kezelés után elvégzett teszt lesz negatív - nem kell megtéríteni. A negatív teszt után elvégzett orvosi kezelésekkal kapcsolatos költségek megtérítésére a beteg kötelezhető.

Az egyén bevándorlási jogállásának ellenőrzése sem a koronavírus teszt elvégzéséhez, sem az orvosi kezeléshez nem szükséges.

Hogyan tudom lassítani a Koronavírus terjedését?

- Gyakran mosson kezet szappannal, alkalmanként legalább 20 másodpercig.
- Tartsa be az legyen éber és biztonságos tanácsot.
- Ha lehetséges, zárt térben használjon arcfedést, ahol nehéz a 2 méteres távolságot tartani az emberektől, akikkel nem él együtt, például tömegközlekedés és kisebb üzletek.

További tájékoztatás itt található:

- NHS Guidance: <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/>
- WHO guidance: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>