



Informacijski list: Što trebate znati o COVID-19

17/09/2020

Što je COVID-19

Koronavirusi su velika obitelj virusa koji uzrokuju respiracijske infekcije. Infekcije se mogu kretati od pothlađenosti do ozbiljnijih bolesti.

COVID-19 je bolest uzrokovana novom vrstom koronavirusa. Virus je prvi put prijavljen u prosincu 2019. godine u gradu Wuhanu u Kini.

Simptomi COVID-19

Simptomi COVID-19 mogu se kretati od blage bolesti do teške upale pluća. Neke osobe se brzo i lako oporave, a kod drugih bolest nastaje vrlo brzo.

Simptomi COVID-19 uključuju:

- vrućicu
- respiracijske simptome
- kašalj
- grlobolju
- otežano disanje

Drugi simptomi mogu uključivati curenje nosa, glavobolju, bolove u mišićima ili zglobovima, mučninu, proljev, povraćanje, gubitak osjeta mirisa, promijenjen osjećaj okusa, gubitak apetita i umor.

Kako se širi

COVID-19 se širi sa osobe na osobu prigodom:

- bliskog kontakta sa zaraženom osobom (uključujući 48 sati prije pojave simptoma)
- kontakta s kapljicama koje je zaražena osoba iskašljala ili iskihala

- dodirivanja predmeta ili površina (kao što su kvake ili stolovi) na kojima se nalaze kapljice zaražene osobe, a zatim dodirivanja usta ili lica

Budući da je COVID-19 nova bolest, u našoj zajednici ne postoji imunitet na nju. To znači da se može širiti nadaleko i brzo.

Kako se mogu testirati na COVID-19?

Svatko tko ima simptome COVID-19, treba se testirati. Važno je testirati se čak i ako su simptomi samo blagi.

Ako ste zabrinuti da možda imate COVID-19, možete:

- provjeriti simptome pomoću alata za provjeru simptoma HealthDirect Checker ili nazvati Nacionalnu telefonsku službu za pitanja o koronavirusu (National Coronavirus Helpline) za savjet na 1800 020 080. Ako ne govorite engleski, možete nazvati službu za prevođenje i tumačenje na 131 450.
- otići na besplatnu COVID-19 respiracijsku kliniku (kliniku za testiranje)
- nazvati vašeg liječnika i on će organizirati testiranje što ćete možda morati platiti

COVID-19 respiracijske klinike su namjenski zdravstveni centri koji se nalaze diljem zemlje i koji se posebice bave testiranjem osoba sa simptomima respiracijske infekcije.

Pronađite [vama najbližu COVID-19 respiracijsku kliniku](#).

Dok čekate rezultat testa

Dobivanje rezultata testa može potrajati nekoliko dana. Dok čekate rezultat testa, morate slijediti naputke državnih zdravstvenih vlasti i zdravstvenih stručnjaka koji su vas testirali.

Ako se testirate jer imate simptome morate ići pravo kući i ostati kod kuće. Morate to činiti sve dok ne dobijete negativan rezultat testa ili dok simptomi ne nestanu — ovisno o tome što je duže.

Možda ste u karanteni jer ste se vratili iz inozemstva ili ste bili u bliskom kontaktu s nekim tko ima COVID-19. Ako se testirate iz bilo kojeg razloga tijekom karantene, morate ostati u karanteni do kraja razdoblja karantene (14 dana). Morate to učiniti čak i ako nemate simptome i čak i ako je rezultat vašeg testa negativan.

Ako je rezultat vašeg testa pozitivan, morate se izolirati od drugih osoba u vašem domu, bolnici ili drugom smještaju prema uputama liječnika i državnih zdravstvenih vlasti.

Kako se liječi COVID-19?

Trenutačno još ne postoji specifičan tretman ili odobreno cjepivo koje liječi ili sprječava COVID-19. Postoje neki tretmani koji mogu pomoći u oporavku od teških oblika COVID-19. Istraživanja u Australiji i diljem svijeta su u tijeku za razvoj potencijalnih cjepiva i tretmana.

Tko je najviše izložen riziku od COVID-19?

U Australiji, osobe koje su najviše izložene riziku od zaraze ovim virusom su:

- putnici koji su nedavno bili u inozemstvu
- osobe koje su bile u bliskom kontaktu s nekim kod koga je dijagnosticiran COVID-19
- osobe u popravnim ustanovama i zatvorima
- osobe u grupnom stambenom smještaju

Osobe kod kojih postoji veći rizik ili se sumnja da kod njih rizik može biti veći od ozbiljnog oboljevanja ako se zaraze ovim virusom su:

- osobe u dobi od preko 70 godina starosti
- osobe čiji je imunološki sustav ugrožen zbog određenih oboljenja ili tretmana
- osobe s kroničnim oboljenjima, kao što su:
 - bolest srca
 - plućna bolest
 - zatajenje bubrega
 - dijabetes
 - teška pretilost
 - oboljenje jetre

Ovo nije potpuni popis kroničnih oboljenja koja mogu povećati rizik. Ako imate neko oboljenje, preporuča se da razgovarate s vašim liječnikom o individualnom riziku kod vas i o tome što možete učiniti kako biste se zaštitili.

Za sada je stopa potvrđenih slučajeva COVID-19 među djecom niska u odnosu na širu populaciju.

Za sada postoje samo ograničeni dokazi o riziku kod trudnica.

Kako zaštititi sebe i druge od COVID-19

Svatko ima ulogu u zaustavljanju širenja COVID-19. Važno je učiniti sljedeće stvari u cilju usporavanja širenja COVID-19 i zaštite onih osoba koje su najviše izložene riziku:

- održavajte razmak od 1,5 metra od drugih
- izbjegavajte fizičke načine pozdravljanja kao što su rukovanje, grljenje i ljubljenje
- ostanite kod kuće ako imate simptome pothlađenosti ili gripe, te se testirajte čak i ako su simptomi blagi
- pokrijte usta laktom ili papirnatim rupčićem kada kašljete i kišete
- upotrijebljene rupčiće odmah bacite u kantu za smeće i operite ruke
- često perite ruke sapunom i vodom, uključujući prije i poslije jela i nakon odlaska u zahod
- koristite dezinfekcijsko sredstvo za ruke na bazi alkohola

- izbjegavajte dodirivanje očiju, nosa i usta
- čistite i dezinficirajte površine koje se često koriste, kao što su radne površine u kuhinji, (pisaći) stolovi i kvake
- čistite i dezinficirajte predmete koji se često koriste, kao što su mobilni telefoni, ključevi, lisnice i radne propusnice
- povećajte količinu svježeg zraka tako što ćete otvoriti prozore ili podesiti klima uređaj.
- preuzmite CovidSafe aplikaciju

Uvijek slijedite savjete o javnim okupljanjima vaših [državnih ili teritorijalnih vlasti](#).

Važno je da i dalje odlazite na uobičajene liječničke preglede — osobito ako imate kronična ili postojeća oboljenja zbog kojih trebate medicinsku skrb.

Daljnje informacije i kontakti

[Internetska stranica Australskog ministarstva zdravstva](#)

[COVID-19 resursi na engleskom](#)

[Prevedeni COVID-19 resursi](#)

[Internetska stranica Australске vlade](#)

[HealthDirect alat za provjeru simptoma](#)

Pronađite [vama najbližu kliniku za testiranje na COVID-19](#) (healthdirect)

[Internetska stranica organizacije Head to Health](#) za podršku u oblasti mentalnog zdravlja i blagostanja

Nacionalna telefonska služba za pitanja o koronavirusu (National Coronavirus Helpline): 1800 020 080. Ova služba za pružanje informacija radi 24 sata dnevno, sedam dana u tjednu.

Služba za prevođenje i tumačenje: 131 450. Za prevođenje i tumačenje ako ne govorite engleski.