



HZJZ

HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO
Rockefellerova 7
HR-10000 Zagreb
T: +385 1 4863 222
F: +385 1 4863 366
www.hzjz.hr

Mjere zaštite od respiratornih infekcija uključujući i SARS-CoV-2 – osobe s kroničnim bolestima, te starije osobe

Prema dosadašnjim analizama slučajeva, infekcija COVID-19 u oko 80% slučajeva uzrokuje blagu bolest (bez pneumonije ili blagu upalu pluća) i većina oboljelih se oporavlja, 14% ima težu bolest, a 6% ima teški oblik bolesti.

Velika većina najtežih oblika i smrti dogodila se među starijim osobama i onima s drugim kroničnim bolestima. S obzirom da se radi o novoj bolesti te su dostupni podaci nepotpuni, još se ne može sa sigurnošću tvrditi koje skupine ljudi imaju teži ishod bolesti COVID-19.

<https://www.ecdc.europa.eu/en/current-risk-assessment-novel-coronavirus-situation>

Starije osobe i osobe s kroničnim bolestima trebaju se pridržavati istih općih mjera zaštite kao i opća populacija, uz napomenu da trebaju nastaviti koristiti svu do sada preporučenu terapiju prema savjetu liječnika.

Pranje i dezinfekcija ruku ključni su za sprječavanje infekcije. Ruke treba prati često i temeljito sapunom i vodom najmanje 20 sekundi. Kada sapun i voda nisu dostupni možete koristiti dezinficijens koji sadrži najmanje 60% alkohola. Virus ulazi u tijelo kroz oči, nos i usta. Stoga ih nemojte dirati neopranim rukama.

Ne preporučuje se nositi kirurške maske za zaštitu, kirurške maske se prvenstveno koriste za sprječavanje širenja infekcije s bolesnih ljudi na druge.

Opće mjere zaštite:

- redovito perite ruke sapunom i vodom ili koristite dezinficijens na bazi alkohola
- kada kašljete i kišete prekrijte usta i nos papirnatom maramicom i poslije ju odbacite u koš za otpad te operite ruke
- izbjegavajte bliski kontakt (održavajte udaljenost od najmanje 1 metar, a po mogućnosti dva metra) s osobama koji imaju simptome infekcije dišnih putova, odnosno koji imaju najmanje jedan od sljedećih simptoma: povišena tjelesna temperatura, kašalj, grlobolja i kratak dah.