



SALAPURA VMD

PREDUZEĆE ZA PRUŽANJE USLUGA IZ BEZBEDNOSTI I  
ZDRAVLJA NA RADU, ZAŠTITE OD POŽARA I  
ZAŠTITE ŽIVOTNE SREDINE  
SALAPURA VMD doo Pančevo, Vojvode Petra Bojovića 2/5  
tel-fax 013/353-582, mob. tel: 063/319-705  
mail: salapuravmd@gmail.com  
PIB: 105197772 MATIČNI BROJ: 20338334  
TEKUĆI RAČUN: 165-13210-88

## MERE ZAŠTITE - CORONA VIRUSA

### Informacije o simptomima koronske pneumonije:

- Ako prehladena osoba ima curenje iz nosa i boli je grlo, nije zaražena virusom Corone, jer pneumonija daje suv kašalj bez curenja iz nosa. To je najlakši način da ga pronađete.

- S druge strane, **dobro je znati da Vuhan ili Corona nisu otporni na toplotu i umiru na 26 do 27 stepeni.** Stoga pijte puno tople vode poput čaja i začinskog bilja. Nije lek, ali je dobar za telo. **Pijenje tople vode je efikasno u uništavanju svih virusa.** Pokušajte da ne pijete smrznuto. Izložite se suncu ako je zima.

- Kada virus padne na metalnu površinu, živeće najmanje 12 sati. **Zato zapamtite da ako dođete u kontakt sa bilo kojom metalnom površinom, temeljno operite ruke sapunom.**

- **Virus može ostati aktivan u tkanini 6-12 sati.** Normalno sredstvo za pranje veša ubija virus. Zimsku odeću kojoj nije potrebno svakodnevno pranje, treba staviti na sunce da bi ubio virus.

- Prvo će zaraziti grlo, a zatim ćete osetiti suvo grlo koje će trajati 3 do 4 dana.

- Tada će se virus spojiti sa nazalnom tečnošću, prodriće u dušnik i ući u pluća uzrokujući Vuhanovu pneumoniju. Ovaj postupak će trajati 5 do 6 dana.

- **Pratiće je stanje upale pluća, visoka temperatura i otežano disanje.** Nazalna kongestija nije poput uobičajene nazalne zagušenja. Osetićete kao da se utopite u vodi. Važno je da odmah potražite lekarsku pomoć ako imate ovaj osećaj.

### O prevenciji:

- **Najčešći način da se zarazite je dodirnuti stvari na javnim mestima kao što su ograde, ručke na vratima, ručke autobusa itd., Pa morate često da perete ruke.** Virus može da živi u vašim rukama samo 5-10 minuta, ali mnoge stvari se mogu dogoditi za tih 5-10 minuta, poput trljanja očiju.

- Preporučuje se grgljanje Betadinom kako biste eliminisali ili smanjili klice dok su još u grlu (pre nego što nastavite prema plućima).

- Možda mladi koronavirus nema znakova infekcije već nekoliko dana, pa kako znati da li je neko zaražen? Najnovija informacija je da period inkubacije može biti i do 28 dana pre pojave simptoma koronavirusa.

- U trenutku kada osoba ima temperaturu / kašalj i ode u bolnicu, pluća mogu biti 50% fibrotična i možda biti prekasna.

- Tajvanski stručnjaci daju nam jednostavnu samokontrolu koju možemo raditi svako jutro.

- **Duboko udahnite i zadržite dah više od 10 sekundi. Ako to radite bez kašlja, gušenja ili lošeg osećaja itd., To je dokaz da nema fibroze u plućima, što je osnovni pokazatelj da nema infekcije.**

- **Svi trebamo biti sigurni da su nam usta i grla vlažna, NIKAD ne suva. Popijte malo vode svakih 15 minuta. ZAŠTO?** Čak i ako virus uđe u usta, pitka voda ili druga tečnost će ga preneti kroz jednjak do stomaka.

- Tamo će stomačne kiseline ubiti virus. Ako ne pijete dovoljno vode redovno, virus može ući u dušnik i ući u pluća.