

Nov coronavirus – las dumondas e las respostas las pli frequentas

■ **La biologia sutdivida las creatiras en procarions (bacterias ed archaea) ed eucariots (plantas, bulieus, animals; cun nuschehl da la cella). Betg attribuids als essers vivents per propri vegnan ils virus, damai che quels na disponan da nagin agen metabolissem e n'èn betg abels da sa multiplitgar senz'ina cella ospitanta.** Da la reacziun da las cellas da la creatira infectada resp. d'in'eventuala defizienz d'immunitad da quella pon resultar malsognas specifichas.

Igl existan fitg differents tips da virus ed en blers cas po in'infecziun virala esser per l'uman main problematica che quella tras auters schermis infectus (bacterias, bulieus). Tscherts virus mainan però a malsognas che pon prender in decurs miaivel u er esser privlusas.



Igl existan fitg differents tips da virus ed en blers cas po in'infecziun virala esser per l'uman main problematica che quella tras auters schermis infectus (bacterias, bulieus). Tscherts virus mainan però a malsognas che pon prender in decurs miaivel u er esser privlusas.

Entaifer la famiglia dals coronavirus datti tals che chaschunan in dafraid, ma er tals che pon manar ad infecziuns da la via respiratoria ed a pneumonias (sco MERS e SARS, cf. sutvart). La fin 2019 è vegnida enconuschenta ina nova furma da coronavirus ch'è sa derasada l'entschatta 2020 en tut il mund. Questa pagina preschenta infurmaziuns davart il nov coronavirus e davart la campagna «Uschia ans protegin nus» da l'Uffizi federal da sanadad publica.

Tge è il nov coronavirus?

Il nov coronavirus è vegnì scuvert il november/december 2019 en la China causa in augment extraordinari da pneumonia en la citad da la China Centrala Wuhan. Il lieu d'origin è probablmain in martgà da peschs e d'animals che las autoritads chinas han serrà en il fratemp. Tenor las infurmaziuns avant maun vegni supponì ch'animals hajan infectà l'uman cun il virus e che quel vegnia uss transmess dad uman ad uman.

Il virus tutga tar ils coronavirus, pia tar la medema famiglia sco ils patogens dal «Middle-East Respiratory Syndrome» MERS e dal «Severe Acute Respiratory System» SARS; entaifer quest ultim sutgener furma el in subtip ed è perquai vegnì numnà SARS-CoV-2. Il favrer 2020 ha l'Organisaziun mundiala da la sanadad OMS dà a la malsogna chaschunada dal nov coronavirus il num uffizial COVID-19, l'abbreviazion da «coronavirus disease 2019».

Infecziun e ristgas

Co vegn transmess il nov coronavirus? Il nov coronavirus vegn transmess prin-

cipalmain a chaschun da contact stretg e durant in temp pli lung. Quai vul dir tar main che 2 meters distanza durant dapli che 15 minutas. La transmissiun succeda tras gutellas; sche la persuna malsauna starnida u tussa, pon ils virus cuntanscher directamain la pel mucosa dal nas, da la bocca u dals eglis d'autras persunas.

Ils virus secretads survivan er intginas uras en pitschnas gutellas sin ils mauns ubain sin surfatschas sco maniglias, manetschas, buttuns en l'ascensur e.u.v.

Quant ditg duri tranter l'infecziun e la malsogna? Ed a partir da cura è ina persuna infectusa?

Il «temp d'incubaziun» dal nov coronavirus, vul dir il spazi da temp tranter l'infecziun e la cumparsa dals emprims sintoms, importa circa trais fin set dis. Ella po però durar fin 14 dis.

Sch'ins patescha d'ina malsogna da la via respiratoria virala, èn ins per regla lura il pli infectus, cur ch'ins ha ils sintoms ils pli grevs. Tar il nov coronavirus pudess quai esser auter. Ins è eventualmain infectus gia pli baud: directamain avant ch'ils sintoms cumparan.

Tge persunas èn periclitadas il pli fitg?

Per la plipart da las persunas infectadas cun il nov coronavirus n'è la malsogna betg privlusa. Ina ristga pli gronda da daventar grevamain malsauna han persunas sur 65 onns e persunas cun ina da las suandantas malsognas preexistentas: pressiuun dal sang auta, diabetes, malsognas dal cor e da la circulaziun, malsognas cronicas da la via respiratoria, malsognas e terapias che flailventan il sistem d'immunitad e cancer.

Sintoms, diagnosa e tractament

Tge sintoms cumparan tar in'infecziun cun il nov coronavirus?

Ils sintoms ils pli frequents èn fevra, tuss e difficultads da respirar. Quests sintoms pon esser d'ina grevizza variabla. Pussaivlas èn er cumplicaziuns sco per exempel pneumonia. Intginas persunas malsaunas han ultra da quai difficultads cun la digestiun ubain cun ils eglis (congiuntivitis). Per las pli bieras persunas è la malsogna miaivla. Però pon spezialmain persunas pli veglias vegnir grevamain malsaunas.

Jau hai fevra e tuss, tge stoss jau far?

En cas da sintoms da malsogna stuais Vos star a chasa, per che Vos n'infectedchias naginas autras persunas. Sco sintoms da malsogna valan: fevra (temperatura dal corp è pli auta che 38 °C, accumpagnada d'in sentiment da stancladad e mintgatant da dolurs muscularas); tuss setga, che po esser accumpagnada da mal la gula.

Sch'ils sintoms èn levs, pudais Vos As tgirar senza resp. sez. Gai ord chasa pir 24 uras suenter che Voss sintoms èn puspè scumparids. Uschia evitais Vos d'infectar autras persunas. Observai las reglas d'igiene e da cumportament.

Sche Vos avais ina ristga pli gronda da daventar grevamain malsau u sch'ils sintoms vegnan menders: Contactai Voss medi. El decida, sch'i i dovra in scleriment medical ubain sch'i basta da restar a chasa e da tgirar sasez.

Co vegn tractada la malsogna?

Fin qua na datti nagin tractament per malsognas cun coronavirus. Il tractament sa limitescha sin la mitigaziun dals sintoms. Per proteger autras persunas vegnan las persunas malsaunas isoladas.

Tar ina greva malsogna è necessaria in tractament sin la staziun intensiva. Eventualmain dovri ina respiraziun artificia.

Nov coronavirus Attualisè il 6-9-2020

USCHIA ANS PROTEGIN NUS.

NOV



Tegnair distanza.

Per exempel:

- Proteger persunas pli veglias cun tegnair avunda distanza.
- Tegnair distanza durant star en colonna.
- Tegnair distanza a chaschun da sesidas.

ANC ADINA IMPURTANT:



Lavar bain ils mauns.



Evitar da dar il maun.



Tusser e starnidar en in fazelet u en la foppa dal cumbel.



Restar a chasa en cas da tuss e da fevra.



S'annunziar per telefon avant che lr tar il medi u a la staziun d'urgenza.

www.bag-coronavirus.ch



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Uffizi federal da sanadad publica UFSP



Scanez per transmissiun

Infurmaziun da l'Uffizi federal da sanadad publica.

Tge pudais Vos far?

Las recumandaziuns las pli impurtantas èn:

Lavar bain ils mauns. Tussar e starnidar en in fazelet u en la foppa dal cumbel. Bittar il fazelet utilisà en ina sadella da rument serrada.

Tegnair distanza. Per exempel: Proteger persunas pli veglias cun tegnair avunda distanza; tegnair distanza durant star en colonna; tegnair distanza a chaschun da sesidas. Evitar da dar il maun.

Restar a chasa en cas da tuss e da fevra. S'annunziar per telefon avant che ir tar il medi u a la staziun d'urgenza.

Per tge èn questas reglas d'igiene e da cumportament uschè impurtantas?

Il nov coronavirus è in nov virus, cunter il qual l'uman n'ha anc nagina defensiuun immunitara. Spezialmain persunas cun ina pli gronda ristga da vegnir grevamain malsaunas ston vegnir protegidas. Sche tuts observan las reglas, pudain nus proteger meglier questas persunas. Tras quai pon er persunas cun grevas malsognas vegnir tractadas vinavant bain en las instituziuns da sanadad. En las staziuns intensivass è il dumber da stanzas da tractament e d'apparats da respiraziun numnadamain limità.

Instrucziuns d'agir – descripciun detagliada

1. **Lavai savens ils mauns:** Igl è fitg impurtant da lavar bain e da dischinfectar ils mauns per prevenir ad in'infecziun. Lavai ils mauns durant almain 20 secundas cun aua e cun savun.

Sch'i na stattan a disposiziun ni aua ni savun, po vegnir duvrà in med per dischinfectar ils mauns ch'ha in cunteng d'alcohol da 60 %. Cun lavar ils mauns vegn il virus allontanà.

2. **Evitai in stretg contact cun persunas che tussan u ch'han fevra:** Tegnai ina distanza d'almain 1 meter da persunas che tussan, che starnidan u ch'han fevra. Il virus è cuntegnì en daguttins da spida e po vegnir transmess sur curtas distanzas.

3. **N'As turgai betg la bocca, ils eglis ed il nas cun ils mauns:** Il virus vegn transmess en emprima lingia sur las vias re-

spiratorias, po però er arrivar en il corp tras il contact cun la bocca, cun il nas e cun ils eglis. Evitai perquai da tutgar quels cun mauns betg lavads. Tras il contact cun surfatschas contaminadas po il virus arrivar sin ils mauns e da quels en il corp.

4. **Cuvri la bocca ed il nas, sche Vos starnidais u tussis:** En cas da tuss, da fevra u da difficultads da respirar evitai in stretg contact cun autras persunas, tuss adina en la foppa dal cundun u en in faziol a diever unic, purtai ina masca da protecciun e lavai bain ils mauns cun aua e cun savun. Sche Vos tegnais mo ils mauns davant la bocca, pudessas Vos contaminar objects u umans, cun ils quals Vos entrass in contact.

5. **Na prendai nagins antibiotics senza in recept dal medi:** Il nov coronavirus è in virus. Pia n'èn antibiotics betg adattads ni per intents da prevenziun ni per il tractament. Antibiotics pudessan esser nizzai-vels mo en cas d'infecziuns bacterialis che resultan sco consequenza dal virus. Antibiotics gidan mo cunter bacterias, ma betg cunter virus. Tenor il stadi actual na datti nagina cumprova scientifica ch'il prender medicaments antivirals en vista ad in'infecziun cun il nov coronavirus avess in effect preventiv.

6. **Purtai ina masca mo, sche Vos suspectais d'esser malsau(a) u sche Vos tgirais persunas malsaunas:** L'Organisaziun mundiala da la sanadad recumonda da purtar ina masca da protecciun mo sch'igl exista il suspect che Vos As essas infectada/infectà cun il nov coronavirus, sch'i sa mussan sintoms sco tussar u starnidar ubain sche Vos tgirais ina persuna, tar la quala igl exista il suspect ch'ella sa saja infectada cun il nov coronavirus.

La masca da protecciun gida da fragnar la derasaziun dal virus, sto però vegnir duvrada supplementarmain ad autras mesiras igienicas, sco lavar bain ils mauns durant almain 20 secundas cun aua e cun savun. Il purtar pliras mascras da fatscha ina sin l'autra n'augmenta betg l'efficacitad.

7. **En cas da sintoms da grippa evitai il contact cun autras persunas e restai a chasa:** La tgira da contacts socials en cas da sintoms da grippa augmenta la ristga

ch'il virus sa derasia. Restar a chasa e pussar è la meglra soluziun en cas da sintoms da grippa per guarir e per evitar il medem mument d'infectar autras persunas.

8. **En cas d'in suspect na giai betg a l'admissiun d'urgenza:** Il temp d'incubaziun dal nov coronavirus è 1 fin 14 dis. En cas da fevra, da tuss u da difficultads da respirar na giai betg a l'admissiun d'urgenza, mabain As annunziar tar Voss medi da chasa, sche Vos suspectais in'infecziun.

9. **Pachets da la China e products «Made in China» n'èn betg privlus:** Tenor l'Organisaziun mundiala da la sanadad n'è il virus betg en cas da surviver pli ditg sin surfatschas. Pervi da quai n'exista nagin privel da s'infectar cun il nov coronavirus per persunas che survegnan pachets da la China. Tenor il stadi actual na datti nagin indizi ch'il nov coronavirus pudess vegnir transmess tras objects fabricads en China u en auters lieus.

10. **Animals da chasa na transmettan betg il nov coronavirus:** Tenor il stadi actual na datti nagin indizi che animals da chasa, sco chauns u giats, pudessan s'infectar cun il virus. Tuttina èsi adina recumandabel da lavar bain ils mauns cun aua e cun savun suenter il contact cun animals da chasa.

Duess jau purtar ina masca d'igiene?

L'Uffizi federal da sanadad publica recumonda a persunas saunas da betg purtar mascras d'igiene (mascras chirurgicas, mascras d'operaziun) en la publicitad. Quellas na protegian betg en moda effectiva cunter in'infecziun cun virus da las vias respiratorias (protecciun persunala). Purtar ina masca po pia stgaffir in sentiment da segirtad fallà.

Mascras d'igiene duain en emprima lingia impedir ch'ina persuna malsauna infecteschia autras persunas (protecciun collectiva). Per quest motiv recumonda l'Uffizi federal da sanadad publica a persunas cun ina malsogna da las vias respiratorias acuta da purtar mascras d'igiene, uschespert ch'ellas na pon betg tegnair ina distanza da 2 meters d'autras persunas (p.ex. a chasa, en ina pratica da medi, en in'apoteca ubain en il transport public avant/suenter ina visita tar il medi). Persunas cun in'infecziun presumada cun il nov coronavirus duain – independentamain da la grevizza dals sintoms – adina consultar telefonica main in medi per discutir davart las mesiras necessarias (inclusiv il purtar mascras).

Tge èsi da resguardar durant ch'ins viagia?

En bunamain tut las regiuns dal mund exista ina ristga d'infecziun cun il nov coronavirus. Observai las recumandaziuns d'igiene e da cumportament durant Voss viadis. Uschia pudais Vos As proteger cunter in'infecziun cun il coronavirus.

Avais Vos dapli che 65 onns u ina da las malsognas preexistentas numnadas survat? En quest cas resguardai nossas recumandaziuns per persunas spezialmain periclitadas.

En intgins pajais datti regiuns ch'èn messas en quarantina. Entrar u bandunar questas regiuns pon ins – sche insumma – mo cun ina permissiun speziala. Sin eroports internaziunals ston viagiatur quintar cun mesiras da surveglianza pli severas.

La preschentaaziun:
Dossier «Nov coronavirus».

Dapli infurmaziuns:
chatta.ch/?hiid=4560
www.chattà.ch

NOV CORONAVIRUS
TGE FAR

1. Lavai savens ils mauns
2. Evitai in stretg contact cun persunas che tussan u che han fevra
3. N'As turgai betg la bocca, ils eglis ed il nas cun ils mauns
4. Tuss u starnidai adina en in faziol u, sche Vos n'avais giat nagin faziol per mauns, en la foppa dal cundun
5. Na prendai nagins antibiotics senza in recept dal medi
6. Purtai ina masca mo, sche Vos suspectais d'esser malsau(a) u sche Vos tgirais persunas malsaunas
7. En cas da sintoms da grippa evitai il contact cun autras persunas e restai a chasa
8. En cas d'in suspect na giai betg a l'admissiun d'urgenza, mabain:
 - As annunziar tar la hotline sur il numer 058 463 00 00 tranter las 08:00 e las 18:00
 - contactai Voss medi u Voss medi da chasa, sche Vos suspectais in'infecziun
9. Pachets da la China e products «Made in China» n'èn betg privlus
10. Animals da chasa na transmettan betg il nov coronavirus

Diesch instrucziuns d'agir.