

Om Coronavirus och god handhygien

Information från folkhälsomyndigheten.se

Hur farlig är en infektion med covid-19 jämfört med en säsongsinfluensa?

Det är svårt att jämföra en helt ny sjukdom, exempelvis covid-19, med säsongsinfluensa. Sammanfattningsvis kan man säga utifrån vad vi vet idag, att de liknar varandra i att båda hos en andel av de sjuka kan ge en mycket allvarlig sjukdom.

Däremot kommer covid-19 drabba betydligt fler i en befolkning där den sprider sig. Den snabba och breda smittspridningen beror på att ingen i befolkningen har hunnit utveckla immunitet mot denna nya virusvariant. Man kommer att se fler sjuka och fler som behöver sjukhusvård.

Säsongsinfluensa som återkommer varje år, har däremot cirkulerat i samhället under en lång tid. Därför har skyddet mot olika varianter influensavirus kunnat byggas upp i befolkningen.

Vilka är symtomen på smitta med det nya viruset?

Luftvägssymtom, feber och hosta. De flesta blir inte allvarligt sjuka men ett antal fall av svårare symtom har rapporterats, liksom dödsfall. Inkubationstiden för coronavirus är 1–14 dagar, enligt WHO.

Vad kan jag göra för att undvika smitta?

En allmänt förebyggande åtgärd mot luftvägsinfektioner är att undvika att röra vid ansiktet eller ögon samt att undvika nära kontakt med sjuka människor.

Tvätta händerna ofta med tvål och varmt vatten, före måltid, mathantering och efter ett toalettbesök. Handsprit kan vara ett alternativ när du inte har möjlighet till handtvätt.

Genom att hosta och nysa i armvecket eller i en pappersnäsduk hindrar du smitta från att spridas i din omgivning eller från att förorena dina händer.

Stanna hemma när du är sjuk för att undvika att smitta människor på bussen, ditt arbete eller där du är nära andra.

Information från Almega

Medarbetare som kan ha utsatts för coronavirus

Medarbetare som varit på resa och kan ha exponerats för coronavirus har enligt smittskyddslagen skyldighet att berätta detta för arbetsgivaren - innan hen kommer tillbaka till jobbet.

Hen ska också kontakta vården via 1177 Vårdguiden för att få information om provtagning m.m. Samma gäller för den som exponerats för coronavirus genom kontakt med nära anhörig som konstaterats bära på smitta.



Se också nästa
sida om
handhygien.



God handhygien

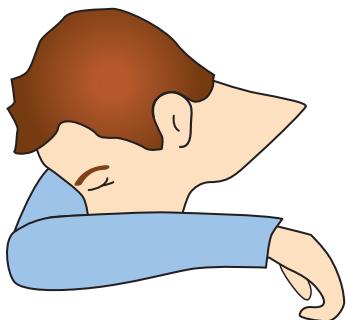
Undvik att bli smittad och att smitta andra



Tvätta händerna ofta!

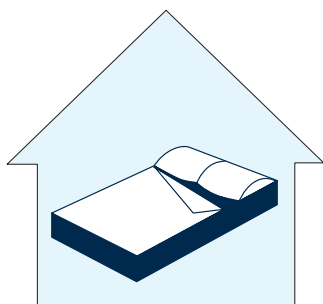
Smittämnen fastnar lätt på händer och andra ytor som till exempel dörrhandtag. De sprids vidare när du tar någon i hand. Tvätta därför händerna ofta med tvål och varmt vatten.

Tvätta alltid händerna före måltid, mathantering och efter ett toalettbesök. Handsprit kan vara ett alternativ när du inte har möjlighet till handtvätt.



Hosta och nys i armvecket!

När du hostar och nyser sprids små, små droppar som innehåller smittämnen. Genom att hosta och nysa i armvecket eller i en pappersnäsduk hindrar du smitta från att spridas i din omgivning eller från att förorena dina händer.



Stanna hemma när du är sjuk!

Stanna hemma när du är sjuk. På så sätt undviker du att smitta människor på bussen, ditt arbete eller där du är nära andra.

Smittsamma mikroorganismer finns överallt i vår omgivning.

Den vanligaste spridningen sker via våra händer.

God handhygien är ett enkelt sätt att skydda dig själv och din omgivning.



Folkhälsomyndigheten

 Socialstyrelsen