**“Имам температуру, мора да сам заражен короном!” Пре него што кренете да паничите проверите прво ових шест ставки**

Топломер каже да је температура вашег тела значајно прешла граничних 37 степени Целзијисових. Док са свих страна слушате о симптомима глобалног вируса, вама се већ кроз главу мота мисао – заражени сте короном! Пре него што упаднете у панику, важно је знати: није свака температура корона вирус и није овај вирус баш тако лако добити.

Неумирени, ипак се спремате да проверите да ли сте баш ви заражени короном, али пре тога требало би да проверите ове чињенице:

**1.Да ли сте били у близини неког ко је био на угроженом подручју?**

Будући да знате ко су људи у чијој се близини крећете, ако кија, кашље или има неки од добро познатих симптома корона вируса немојте му се приближавати превише, нарочито ако је тај неко дошао из Кине, Ирана, Италије, Јужне Кореје или других земаља у којима постоји велики број оболелих од корона вируса.

**2.Али шта са јавним простором?**

Рећи ћете: “да, знам са ким сам био у контакту од блиских људи, али шта је са јавним простором, посебно градским превозом?”

Лекари су то донекле већ објаснили: не можете да се заразите ако само прођете поред неког зараженог на улици. Висок ризик од заразе имају они који живе или имају директан физички контакт са неким зараженим, којима неко кашље и кија у лице (или дођу у контакт са коришћеном марамицом), или да буду лицем у лице у контакту са зараженим на мањој удаљености од два метра дуже од 15 минута.

**3.Да није можда грип?**

Више пута је речено да су сисмптоми короне и сезонског грипа слични, па температура можда долази од тога или прехладе која има симптоме личне грипу.

Већ сте кренули да изустите “како можете да знате…”.Колико год били слични, грип и корона се баш у температури и разликују. Док грип наступа нагло и тепература одмах скочи и буде висока, корона се постепено развија, температура је у почетку благо повишена и полако расте, као и остали симптоми. Размислите и о томе, пре панике.

**4.А шта је са другим симптомима?**

Не заборавите да видите који су други симптоми које имате. За корону је важно да се најчешће прво јави кашаљ који не мора бити удружен са другим симтомима испрва.

Зато је важно да не паничите, већ да колико је могуће свему томе рационално приђете и ослушнете све симптоме пре него што себи зацртате дијагнозу.

**5.Да ја попијем нешто на своју руку?**

Било да је грип или, не дај боже корона, температуру и симптоме вам неће скинути антибиотици. Није на одмет подсетити да антибиотици помажу код бактеријских инфекција, не код вирусних, а антибиотике у сваком случају не ваља пити без наџора лекара.

Зато не брините, налазите се у зони где још није алармантно, па ако се придржавате мера опреза, вероватноћа да сте баш и закачили корону није много извесна.

Иако је тест на корона вирус могуће уради у приватним лабораторијама, лекари саветују да то не радите.

– Тестирамо само особе које имају симптоме, или су били у контакту са неким за кога се сумња да је заражен. Чули смо да у неким приватним клиникама постоје тестови, али не знамо којим, ни колико коштају. У сваком случају, не препоручује се да се самоиницијативно тестирање, јер оно људима даје осећај лажне сигурности – рекла је недавно докторка Ивана Беговић-Лазаревић, епидемиолог Градског завода за јавно здравље Београд.

Уколико неко дође, рецимо, из Италије, тестира се, добије негативан налаз, осећа се сигурно, а заправо, је инфициран вирусом и тек након пет или шест дана вирус “дође” у слузокожу грла одакле се узима брис, појашњава др Беговић-Лазаревић. Пет или шест дана је најчешћи период инкубације, додаје докторка, а изолације трају 14 дана из предострожности.

**Код првих симптома позовите 064 8945 235, НЕ ИДИТЕ у дом здравља**

Ако оправдано сумњате да сте заражени корона вирусом и пожелите да одете директно у дом здравља, сасвим је извесно да ћете “пољубити врата” – то је зато што домови здравља прате један од основних превентивних савета – избегавајте да проводите време у групама. Зато, ако има основа за сумњу да имате овај вирус, прво и основно је да позовете овај број телефона – 064 8945 235.

Ту ће вас, на основу тога одговора које будете дали, посаветовати шта ће даље следи. Једна од могућности јесте и да ће лекари посебне Хитне помоћи доћи да ураде потребне анализе и да хоспитализују пацијента, а како то изгледа, имали смо прилике да видимо недавно, када су болничари у посебној заштитној опреми транспортовали потенцијалног пацијента од Врачара до Инфективне клинике.

**Мере опреза свакако примењујте**

\* Избегавајте контакте са особама које имају знаке инфекције органа за дисање (кашаљ, кијање, цурење носа, повишена температура);

\* Избегавајте масовна окупљања и боравак у простору где се налази велики број особа;

\* Појачајте хигијену руку (прање водом и сапуном најмање 20 секунди, или ако то није могуће, коришћење алкохолних гелова за дезинфекцију руку, нарочито након контакта са оболелим особама или боравка у потенцијално угроженом подручју;

\* Препоручује се ношење маски пре уста и носа уколико се борави у простору где су масовна окупљања;

\* Обавезно је придржавање мера заштите од преношења инфекције код свих особа које осете симптоме инфекције органа за дисање.

\* избегавање контакта са живим или мртим дивљим или домаћим животињама.

**6.Симптоми**

Светска здравствена организација наводи на свом званичном сајту је то да вирус почиње грозницом, праћеним сувим кашљем, а након недељу дана доводи до губитка даха и онда је пацијентима потребно болничко лечење.

Неки од симптома који се још наводе су главобоља, кијање, кашаљ, кратак дах и потешкоће са дисањем.

Што се тиче температуре, СЗО наводи да најчешће долази до постепеног раста телесне температуре.

Код особа са слабијим имунитетом, код старијих људи и мале деце постоји могућност да овај вирус захвати ниже дисајне органе, па се може развити упала плућа или бронхитис.