

HEILSA

Tú drekkur ikki korona- smittu úr tær

Covit-19, kann liva á leysum lutum, hondtøkum og øðrum í 48 tímar. Tí er tað so avgerandi neyðugt við góðum reinføri alla tíðina. Ansar tú eftir tær, ansar tú samstundis eisini eftir øðrum, sum helst ikki skulu fáa korona-smittu

Vilmund Jacobsen

- Vit vinna ikki á korona-smittu við panikki, men við skili.

Soleiðis ljóðar eitt uppslag, sum herfyri varð deilt á Facebook. Ráðini í uppslagnum eru tíverri fólksk, og tað er læknin, Lidia Rota, helt eisini. Í nevdu ráðum verður eisini sagt, at korona-virus kann drekkast burtur við heitum tei.

Men, tað er bara ikki so.

Sambært www.helse.dk eru tað fleiri miðlar, sum hava kannað sannleiksvirðið í hesum, og danska Heilsustýrið vátar eisini, at korona, covit-19, kann ikki drekkast burtur við heitum vatni.

Øll eru viðkvom

Støðan við korona-virusi er í løtuni í einum nýggjum stigi í royndini at steðga spjaðing.

Einki menniskjað hevur havt covit-19 áður, tí hetta er fyrstu ferð, at hetta slag av korona-virus er staðfest í menniskjum, og tískil kunnu vit øll vera viðkvom móti smittuni.

Tað merkir eisini, at covit-19 kann spjaða seg skjótt millum menniskju.

Korona-visur er vanliga ikki vandamikið fyri fólk, sum annars eru frísk. Men, virusið kann vera vandamikið fyri fólk, sum frammanundan bera sjúkur og eru veik.

Hetta er eisini orsökkin til, at heilsu- og landsmyndugleikar kring heimin taka so víðgongd stig fyri at avmarka smittuvandan og smittuspjaðing.

Í hesum liggur eisini, at heilsuverkini skulu megna at fylgja við, soleiðis at tey ikki ovbyrjast við sjúklingum.

Frá krími til bruna

Korona, covit-19, er eitt virus,

sum er í ætt við onnur krímvirus, nevniliga sonevnda RNA-virusið.

Sjúkan kann kennast sum eitt veikt krím, men covit-19 kann eisini gera, at fólk fáa trupulleikar við andaleiðini.

Tað eru sløg av corona-virus, sum bara geva krím, men slagið, sum í løtuni herjar um heimin, er meira álvarsligt. Covit-19 kann - frá at ávirka andaleið, nös, svølg og hjáholu - eisini setast á okkara lungu og lungnapípu.

Avleiðingin kann gerast, at covit-19 mennist til lívshóttandi lungnabruna, og tað er eingin heilivágur, sum í løtuni kann beina fyri smittuni.

Ígerð við covit-19 kann kennast sum eitt og hvørt annað krím.

Fleiri fólk, sum hava havt sjúkuna, siga, at tey knappliga fingur høgan fepur, ilt í liðir og turran hosta. Seinni fingur tey trupulleikar við andaleiðini.

Tað eru eisini fólk, sum hava fingið staðfest korona, covit-19, sum slett ikki merktu, at tey vóru sjúk - og so eru tað

upp aftur tey, sum í ringasta føri lótu lív.

Men, tað er tibetur undantakið.

Hvat sigur WHO?

Heimsheilsustovnurin WHO metir, at covit-19 í umleið 80 prosentum av tilburðunum gevur mildari sjúkueyðkenni, sum ikki krevja, at fólk verða lögð inn á sjúkrahús. Umleið 15 prosent uppliva sjúkuna tøfara og tískil noyðast á sjúkrahús - og so eru tað umleið fimm prosent, ið gerast so álvarsliga sjúk, at innlegging á intensivari deild kann gerast neyðug.

Korona-virus smittar, sum vit so mangan hava hoyrt um hesar seinastu dagarnar, um andaleiðina. Tá vit hosta ella njósa, kunnu virus-bitlar koma úr munni ella nös við teirri vætu, sum kemur. Virus-bitlar enda á hond ella øðrum, sum síðan kann fyrast yvir á onnur.

WHO sigur, at korona, covit-19, kann liva á leysum lutum, hondtøkum og øðrum í upp til 48 tímar. Tí er tað so avgerandi



neyðugt við góðum reinføri alla tíðina.

Tá vit hosta ella njósa, skal hetta gerast niður í ermuna ella í lummaklút fyri at byrgja upp fyri spjaðing av smittuni.

Tað er tín ábyrgd

Øll hava sína ábyrgd, tá ræður um at avmarka spjaðing av korona-virus, og hetta gera vit best við at fylgja ráðunum hjá heilsmyndugleikunum.

- Vaska hendurnar væl og/ella brúka hondspritt
- Tú kanst hosta ella njósa í ermuna - og ikki niður í hendurnar
- Tak ikki í hondina á nøkrum og lat vera við at kyssa
- Avmarka líkamliga sambandið
- Hugsa um reinhald, bæði heima og á arbeidsplassinum
- Ert tú eldri ella kroniskt sjúkur, eigur tú at halda frástøðu

- Ert tú frískur, verj teg sjálvan fyri at verja onnur
- Føllir tú teg sjúkan, ver heima, til tú kennir teg frískan aftur
- Hevur tú trupulleikar við at fáa luft, og sjúkueyðkennini eru versnandi - ella tú ert sjúkur í fleiri dagar - ring so til lækna.
- Tú skalt ringja til lækna - og ikki møta upp hjá lækna vegna smittuvanda.
- Ert tú í sóttarhaldi, ver so verandi har, so tú ikki smittar onnur
- Far ikki í panikk og hamstra ikki mat. Ger tú tað, kemur tú at standa í bíðirøð saman við øðrum og kanst gerast smittaður - ella sjálvur spjaða smittu.
- Keypp inn, sum tú plagar.

Kelda: www.helse.dk

