

# Óvintézkedések magasabb kockázatú betegcsoportok számára - COVID-19 vírus fertőzéssel kapcsolatban

2020-03-13 | **Forrás:** Emberi Erőforrások Minisztériuma Egészségügyért Felelős Államtitkársága

**KINÉL MAGASABB A KOCKÁZAT?** Eddigi ismereteink szerint magasabb kockázat áll fenn a COVID-19 súlyosabb kórlefolására a következő személyeknél: idősebbek, krónikus betegséggel élők.

## KINÉL MAGASABB A KOCKÁZAT?

Eddigi ismereteink szerint magasabb kockázat áll fenn a COVID-19 súlyosabb kórlefolására a következő személyeknél:

### Idősebbek

Súlyos betegség kockázata magas 50 és 60 év között, illetve az idősebb személyeknél. Az idős betegcsoportok magasabb kockázattal bírnak a COVID-19 vírus okozta súlyosabb megbetegedésre, tekintve, hogy az ő immunrendszerük kevésbé jól reagál egy fertőzésre. A nem specifikus betegségeket, mint például láz, a legyengült immunrendszerük végett kevésbé jellemzőek, vagy akár hiányozhatnak is, feltehetőleg ezen betegek később fordulnak orvoshoz.

### Krónikus betegséggel élők

A különböző alapbetegségek, mint például szív-érrendszeri megbetegedések, cukorbetegség, légzőszervi megbetegedések, rosszindulatú daganatos megbetegedések, máj és vesebetegségek, **kórtól függetlenül**, súlyosbíthatják a kórlefolást.

**Idős emberek**nél a fennálló fent említett alapbetegségek és az idős kor együttesen magasabb kockázatnak számít, mintha csak egy tényező (életkor vagy alapbetegség) lenne jelen. Multimorbid betegeknek a kockázat még magasabb, mintha csak egy alapbetegség állna fel.

**Immunszupprimált betegek**nél (pl.: immundeficiencia miatt, immunrendszeret elnyomó gyógyszeres kezelések, mint pl. szteroid, kemoterápia) szintén magasabb a kockázat.

Még nem kellően ismert, hogy a fenti kockázati tényezők más életkörülményekkel történő kombinációja milyen magas kockázatot jelent a betegség súlyosságát tekintve.

## KINÉL NINCS MAGASABB KOCKÁZAT?

Eddigi ismereteink szerint nem áll fenn magasabb kockázat a COVID-19 súlyosabb kórlefolyására a következő populációban:

Eddigi kínai kutatások szerint a **vándorok** nem tekintendők magasabb kockázatú betegcsoportnak a hasonló egészségügyi állapotú, nem vándor populációhoz képest. A **gyermek**ek körében eddig nem számoltak be a betegség súlyos kimenetelének magasabb kockázatáról.

## MIT TEGYENEK A MAGASABB KOCKÁZATÚ SZEMÉLYEK?

Közegészségügyi tanácsok magasabb kockázatcsoportokba tartozó személyeknek:

### Óvintézkedések

Különösen fontos az általános óvintézkedések valamint a kontaktuscsökkentés szabályainak betartása az infekció elkerülése érdekében, így tehát:

#### 1. Lehető legkevesebb emberrel kerüljön fizikai kapcsolatba!

- hozzátartozókkal, barátokkal, ismerősökkel telefonon, emailen, interneten tartsa a kapcsolatot
- lehető legritkábban menjen boltba, közösségbe

2. Végezzen rendszeres **kézmosást** szappannal és vízzel, legalább 20 másodpercig!

3. **Szellőztessenek** gyakran!

4. **Kerülje a közeli kontaktusokat**, amennyire ez lehetséges (kézfogás és egyéb üdvözlési formák, ölelés stb.)!

5. **Kerülje a tömeget**, különösen rosszul szellőző helységeiben. Amennyiben ez nem megoldható, tartózkodjon távol a legúti megbetegedésben szenvedő személyektől!

6. **Kerülje az érintkezés betegekkel**, aki köhög, tüsszög, lázas – legyen bármilyen okból a betegsége (influenza, bakterális fertőzés, egyéb)!

7. **Szabad levegőn séta javasolt**, de fontos, hogy ez ne csoportosan történjen.

8. Lehetséges mértékben **kerülje a nyilvános helyeken a nagy tapintású felületek érintését** (felvonógombok, ajtófogantyúk, kapaszkodók)! Amennyiben megérintette ezeket, **mielőbb mosson kezet!**

9. **Otthonában tisztítsa a gyakran megérintett felületeket** rutinszerűen (például: asztalok, ajtógombok, világítókapcsolók, fogantyúk, íróasztalok, WC-k, csapok, mosogatók és mobiltelefonok)!

10. **Kerülje a felesleges utazásokat**, ide értve a légi közlekedést, hajóutakat.

11. Ha közvetlen környezetében COVID-19 vírusról számolnak be, maradjon otthon!

12. Ha gyógyszeres kezelés alatt áll, kérje háziorvosától a szükséges gyógyszereinek hosszabb távú ellátását!

13. Győződjön meg róla, hogy otthonába rendelkezésre állnak-e vény nélkül is kapható gyógyszerek, amelyek segíthetik a vírus átvészelését (fájdalomcsillapítók, lázcsillapítók). Amennyiben nem, keresse fel a legközelebbi gyógyszerterát!

### Hozzártartozók, családtagok

Fontos, hogy a családtagok is jobban figyeljenek idős hozzátartozóikra. Segíthetik őket bevásárlással, vagy a szokásos gyógyszereik beszerzésével.

Ha valamely családtag korábban fertőzött területen járt, most lehetőség szerint kerülje az érintkezést idősebb szüleivel, nagyszüleivel!

### **Tünetek korai felismerése**

Fontos a tünetek korai felismerése, amelyek

- COVID-19 jellemző tünetei: láz, köhögés, légszomj
- ritkábban jelentkező tünetek: izomfájdalom, orrdugulás, orrfolyás, torokfájás, hasmenés, fáradtság, zavartság, mellkasi fájdalom.

Ha a fenti tünetek közül valamelyik igazolódik Önnél, haladéktalanul vegye fel a kapcsolatot háziorvosával, telefonon (**ne menjen be a rendelőbe**), vagy hívja zöld számok ( 06 80 277 455 vagy 06 80 277 456) valamelyikét további segítségért.

### **TOVÁBBI SEGÍTSÉGRE VAN SZÜKSÉGE?**

Amennyiben további kérdés merül fel Önben, az alábbi elérhetőségeken állunk az Ön szíves rendelkezésére

- telefonszám: 06 80 277 455 és 06 80 277 456
- emailcím: [koronavirus@bm.gov.hu](mailto:koronavirus@bm.gov.hu)
- honlap: <https://koronavirus.gov.hu/>
- facebook oldal és messenger: <https://www.facebook.com/koronavirus.gov.hu/>

Forrás: Eljárásrend a 2020. évben azonosított új koronavírusral kapcsolatban (követendő járványügyi és infektókontroll szabályok) 2020. március 2., [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogruppen.html?nn=13490888](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html?nn=13490888), <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/high-risk-complications.html>

Jelen dokumentumot készítette: a Emberi Erőforrások Minisztériuma Egészségügyért Felelős Államtitkársága  
Lezárás dátuma: 2020. 03. 11.