

19 listopada 2021

Czy wiesz, że ...mamy narzędzia, które pozwalają nam się chronić przed Omikronem

W tej chwili znamy niepełny obraz wariantu Omikron, jednak mamy narzędzia, które pozwalają nam się przed nim bronić. Najważniejsze jest noszenie maseczek z filtrem ochronnym w miejscach publicznych, zachowanie dystansu społecznego, wentylacja pomieszczeń użytkowanych przez większą grupę osób oraz izolacja w przypadku zachorowania na COVID-19 lub zaobserwowania objawów.

Przed wszystkim mamy jednak szczepionki o skuteczności na poziomie 95%, które chronią przed ciężkim przebiegiem COVID-19. Chociaż szczepionki mRNA wykazują spadek skuteczności po 5-6 miesiącach, to zostaje ona przywrócona po podaniu trzeciej wzmacniającej dawki. Bardzo ważne jest przyjęcie szczepionki 1- lub 2-dawkowej bądź trzeciej przypominającej dawki. Niedługo mają również zostać wprowadzone na rynek tabletki na COVID-19, których podanie w pierwszych dniach od zarażenia ma zapobiec hospitalizacji pacjentów, a także zmniejszyć liczbę zgonów.

Maseczka filtrująca FFP2 to produkt wysokiej jakości. Dzięki filtracji na poziomie 95% pomaga ograniczyć rozprzestrzenianie się bakterii i wirusów. Jej użytkowanie minimalizuje ryzyko zakażenia się koronawirusem SARS-CoV-2. Dzięki zastosowaniu włókny polipropylenowej maska nie powoduje dyskomfortu. Producent zapewnia, że oferowane maseczki utrzymuje swoje działanie do 8 godzin użytkowania. Elastyczne i miękkie gumki nie uciskają, a dzięki specjalnej wkładce maseczka dopasowuje się do kształtu nosa i dobrze przylega do twarzy. Maseczka filtrująca FFP2 spełnia rekomendacje Ministerstwa Zdrowia i minimalizuje ryzyko zachorowania na COVID-19. Jest wygodna w użytkowaniu i nie utrudnia oddychania. Dzięki zastosowaniu zaworka, do płuc dostarczane jest przefiltrowane powietrze.

Jeżeli szczepienie przeciw koronawirusowi przed tobą, pamiętaj: zarówno przed i jak i po przyjęciu dawki lepiej nie zażywać środków przeciwbólowych i przeciwzapalnych (NLPZ). Ich przyjmowanie nie jest zalecane tuż przed i po przyjęciu każdego szczepienia, nie tylko na COVID-19. Dlaczego? Powód jest ważny. Skutki uboczne po szczepieniu przeciw COVID-19, to: ból w miejscu iniekcji, zmęczenie, ból głowy, bóle mięśni, dreszcze, lekka gorączka. Symptomy te są sygnałem, że szczepionka spełnia swoją rolę, a układ immunologiczny uczy się walczyć z koronawirusem. Niesteroidowe leki przeciwzapalne mogą hamować i ograniczać odpowiedź immunologiczną. Jeżeli jednak musimy zażyć lek przeciwbólowy? Zalecanym lekiem, jest lek zawierający paracetamol. Na pojawienie się Omikronu świat zareagował bardzo szybko. Niektóre państwa zamykają granice, inne



Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekłe Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl



Rzeczpospolita
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit

zaostrzają zasady wjazdu, wprowadza się nowe restrykcje.

Coraz częściej padają pytania o to, jak będą wyglądały tegoroczne święta Bożego Narodzenia? Czy spotkanie się z bliskimi jest dobrym pomysłem? By uchronić się przed ewentualną falą zakażeń superwariantem, rozszerza się kampanię szczepień przeciw Covid-19, skraca się przerwę między podaniem drugiej a trzeciej dawki do trzech miesięcy, a osobom z obniżoną odpornością oferowana ma być czwarta dawka. Wracają surowsze zasady noszenia maseczek i zachowania dystansu w miejscach publicznych: kina, restauracje. Pomyśl o osobach podatnych na zagrożenia. Jeśli członkowie twojej rodziny są szczególnie narażeni na koronawirusa - poważnie zastanów się, czy ich odwiedzić i angażować w swoje plany świąteczne. Jeśli zamierzasz odwiedzić miejsce, które stwarza wyższe ryzyko infekcji dla ciebie i innych, wykonaj test antygenowy, w zatłoczonych miejscach publicznych stosuj maseczki ochronne.

Na szczęście objawy chorobowe po zakażeniu omikronem są stosunkowo łagodne, przypominają przeziębienie (zmęczenie, bóle głowy, drapanie w gardle), zwłaszcza do wariantu Delta. Nie ma też charakterystycznych dla wcześniejszych wersji wirusa utraty węchu i smaku. To co budzi niepokój, to jego zakaźność - ten "superwariant" może być nawet o 500% bardziej zakaźny niż pierwotny szczep koronawirusa Alfa.

Czytaj więcej:
<https://zdrowie.radiozet.pl/Choroby/Choroby-zakazne/Omikron-Omicron-objawy-zakazenia.-Na-co-zwrocic-uwage>

Źródło zdjęcia: <https://www.canva.com/photos/>



Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekłe Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl



Rzeczpospolita
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit