

## **O RISCO**

O risco de estar em contato próximo com uma pessoa com coronavírus ou superfícies contaminadas é muito baixo no momento, pois os membros do público que visitaram a província de Wuhan ou Hubei, na China, estão atualmente isolados.

Os profissionais de saúde estão trabalhando para entrar em contato com qualquer pessoa que tenha tido contato próximo com pessoas com coronavírus .

## **COMO O CORONAVIRUS ESPALHA ENTRE AS PESSOAS?**

Por se tratar de uma doença nova, não sabemos exatamente como o coronavírus se espalha de pessoa para pessoa, mas vírus semelhantes se espalham por gotículas de tosse.

## **SINTOMAS DO CORONAVIRUS**

Os sintomas geralmente incluem:

- Tosse
- A uma temperatura alta
- Dificuldade para respirar

## **CONSELHOS PARA AS PESSOAS QUE VOLTARAM AO REINO UNIDO E VIAJANTES PARA O REINO UNIDO**

Por favor, não marque uma consulta com o médico ou participe da LL Medical Care Ltd se;

- Você visitou ou viajou pelo continente Camboja, China, Hong Kong , Itália - apenas norte da Itália (em qualquer lugar ao norte de Pisa, Florença e Rimini), Japão, Laos, Macau, Malásia, Mianmar (Birmânia), Cingapura, Coréia do Sul, Tenerife - apenas o H10 Costa Adeje Palace Hotel, Taiwan, Tailândia, Vietnã
- Você tem sintomas de tosse, febre ou dificuldade em respirar dentro de 14 dias após o retorno
- Você tem sintomas de tosse, febre ou dificuldade em respirar depois de entrar em contato com alguém com um caso confirmado de coronavírus

Pacientes que sentem que podem ter coronavírus ou podem ter entrado em contato com alguém que tenha, o NHS 111 criou páginas de coronavírus para informar os pacientes sobre o que fazer com base no exposto acima.

Estes podem ser acessados em <https://111.nhs.uk/service/covid-19>.

Todos estão sendo lembrados a seguir os conselhos da Public Health England para:

- Lave as mãos com água e sabão com frequência - faça isso por pelo menos 20 segundos
- Sempre lave as mãos quando chega em casa ou no trabalho
- Use gel desinfetante para as mãos se água e sabão não estiverem disponíveis
- Cubra a boca e o nariz com um lenço de papel ou a manga (não as mãos) quando tossir ou espirrar
- Coloque os lenços usados na lixeira imediatamente e lave as mãos depois
- Tente evitar contato próximo com pessoas que não estão bem

## **Não toque nos olhos, nariz ou boca se as mãos não estiverem limpas**

- Antibióticos não ajudam, pois não funcionam contra vírus.
- O tratamento visa aliviar os sintomas enquanto o corpo luta contra a doença.
- Você precisará manter-se isolado das outras pessoas até se recuperar.

## **COMO SE AUTO-ISOLAR SE FOR SOLICITADO**

Se houver uma chance de você ter coronavírus , pode ser solicitado que você fique longe de outras pessoas (auto-isolamento).

Isso significa que você deveria;

- Ficar em casa
- Não ir ao trabalho, escola ou locais públicos
- Não use transporte público ou táxi
- Peça a amigos, familiares ou serviços de entrega que façam recados para você
- Tente evitar visitantes em sua casa - não há problema em amigos, familiares ou motoristas de entrega deixarem comida

Pode ser necessário fazer isso por até 14 dias para ajudar a reduzir a possível propagação da infecção.

## **CLASSES DE RISCO DE CORONAVIRUS**

A lista completa de classes de risco de segunda-feira, 16 de março de 2020, é a seguinte:

- Indivíduos com 70 anos ou mais (independentemente das condições mentais)
- Indivíduos com menos de 70 anos de idade com condições de saúde subjacentes (qualquer pessoa instruída a tomar uma vacina contra a gripe como adulto a cada ano por razões médicas) Doenças respiratórias crônicas (a longo prazo), Asma, Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC), Enfisema ou Bronquite
- Indivíduos com menos de 70 anos que sofrem de doença cardíaca crônica, doença hepática, doença de Parkinson, doença dos neurônios motores, esclerose múltipla, dificuldades de aprendizagem, paralisia cerebral, diabetes
- Indivíduos com doença falciforme ou aqueles que tiveram o baço removido
- Indivíduos com sistema imunológico enfraquecido resultante de HIV, AIDS, comprimidos de esteróides ou quimioterapia
- Indivíduos com um BMS igual ou superior a 40
- Mulheres grávidas
- Indivíduos que receberam um transplante de órgão e continuam sob medicação imunossupressora em andamento
- Os indivíduos que são o cancro paciente está passando por quimioterapia ativa ou radioterapia
- Indivíduos com câncer no sangue ou medula óssea, como leucemia, que estão em qualquer estágio do tratamento
- Indivíduos com problemas no tórax, como fibrose cística ou asma grave (que requerem internação ou curso de comprimidos de esteróides)
- Indivíduos com doenças graves dos sistemas corporais, como doença renal (diálise)

## **COMO ISOLAR-SE SE VOCÊ PEDIR**

Se houver uma chance de você ter o Coronavírus , pode ser solicitado que você fique longe de outras pessoas (auto-isolamento).

Isso significa que você deveria;

- Ficar em casa
- Não ir ao trabalho, escola ou locais públicos
- Não use transporte público ou táxi
- Peça a amigos, familiares ou serviços de entrega que façam recados para você
- Tente evitar visitantes em sua casa - não há problema em amigos, familiares ou motoristas de entrega deixarem comida

Pode ser necessário fazer isso por até 14 dias para ajudar a reduzir a possível propagação da infecção.

Se alguém que vive em uma casa tiver sido solicitado a se auto-isolar, toda a família deverá se auto-isolar por 14 dias.

## **TESTE DO CORONAVIRUS**

O NHS 111 possui um serviço on-line de Coronavírus que pode informar se você precisa de ajuda médica e aconselhá-lo sobre o que fazer.

Use este serviço se;

- Você acha que tem Coronavírus
- Você foi recentemente a um país ou região com um risco elevado de Coronavírus , para mais informações visite o Coronavirus site de aconselhamento inimigo de viajante
- Você esteve em contato próximo com alguém com Coronavírus

Pacientes que sentem que podem ter coronavírus ou podem ter entrado em contato com alguém que tenha, o NHS 111 criou páginas de coronavírus para informar os pacientes sobre o que fazer com base no exposto acima.

Estes podem ser acessados em <https://111.nhs.uk/service/covid-19>.

## **RECURSOS**

- Coronavírus - Auto-isolamento - <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-advice/>
- Serviço de coronavírus do NHS 111 para obter ajuda e aconselhamento - <https://111.nhs.uk/covid-19>
- Coronavírus e a situação no Reino Unido - <https://111.nhs.uk/covid-19>
- Visão geral do NHS Coronavirus - <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/>
- Perguntas e respostas comuns - <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/common-questions/>