



## Nov coronavirus

Actualisà ils 11-05-2020

# USCHIA ANS PROTEGIN NUS.



## Fegl cun ils fatgs impurtants

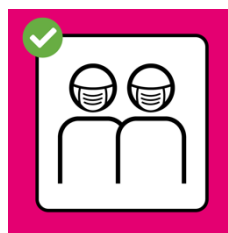
Fatgs impurtants davart il nov coronavirus e davart las reglas da cumportament e d'igièna.

## Tge pudais Vus far?

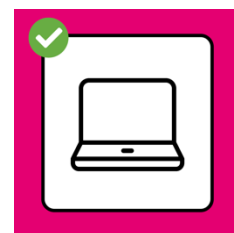
Resguardai vinavant las reglas d'igièna e da cumportament. Il nov coronavirus na duai numnadain betg sa derasar danovamain.



Tegnair distanza.



Recumandaziun: Purtar ina  
mascrina, sch'i n'è betg pussaivel  
da tegnair distanza.



Sche pussaivel, lavarar  
vinavant da chasa anora.

## Resguardai consequentamain las reglas d'igièna e da cumportament.



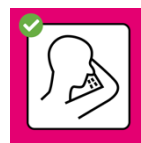
Tegnair distanza.



Lavar bain ils mauns.



Evitar da dar il maun.



Tusser e starnidar en in  
fazelet u en la foppa dal  
cumbel.



S'annunziar per telefon  
avant che ir tar il medi u a  
la staziun d'urgenza.



Restar a chasa en cas da  
sintoms.

# Las dumondas e las respostas las pli frequentas davart il nov coronavirus

Il Cussegl federal ha schluccà ulteriuras mesiras per ils 11 da matg 2020: Uffants e giuvenils fin a la 9. classa dastgan puspè ir a scola. Butias, martgads, museums, bibliotecas ed ustarias dastgan puspè avrir, tant enavant ch'i vegnan observads strictamain ils concepts da protecziun.

Il Cussegl federal valuta la situaziun en Svizra anc adina sco situaziun extraordinaria.

Resguardai vinavant las reglas d'igièna e da cumportament. Il nov coronavirus na duai numnadamain betg sa derasar danovamain.

## Infecziun e ristgas

Pertge èn questas reglas d'igièna e da cumportament uschè impurtantas?

Il nov coronavirus è in nov virus, cunter il qual l'uman n'ha anc **nagina defensiun immunitara. I po dar bleras infecziuns e malsognas**. Perquai stuain nus franar uschè bain sco pussaivel la derasaziun dal nov coronavirus. Spezialmain persunas cun ina pli gronda ristga da vegnir grevamain malsaunas ston vegnir protegidas.

Persunas spezialmain periclitadas èn:

- persunas sur 65 onns
- creschids cun las suandantas malsognas preexistentas:
  - **pressiun dal sang auta,**
  - **malsognas cronicas da la via respiratorica,**
  - **diabetes,**
  - **malsognas e terapias che flaivlentan il sistem d'immunitad,**
  - **malsognas dal cor e da la circulaziun e**
  - **cancer**

U cun:

- **surpaise severa (corpulenza, BMI da 40 e dapli)**

En cas che Vus essas malsegira u malsegir, sche Vus tutgais tar las persunas spezialmain periclitadas, As drizzai per plaschair a Vossa media u a Voss medi.

Sche nus tuts observain las reglas da cumportament e d'igièna, pudain nus proteger meglier questas persunas. Tras quai pon er persunas cun grevas malsognas vegnir tractadas vinavant bain en las instituziuns da sanadad. En las staziuns intensivass è il dumber da stanzas da tractament e d'apparats da respiraziun numnadamain limità.

Avais Vus sur 65 onns ubain ina u pliras da las malsognas preexistentas numnadas qua survat?

Alura vali da prender las suandantas mesiras:

- Vus pudais bandunar Voss dachasa, uschè ditg che Vus resguardais strictamain las reglas d'igièna e da cumportament. Evitai lieus cun bleras persunas (per exempel staziuns, traffic public) e temp da grond traffic (per exempel ir a far las cumpras la sonda, traffic pendular).
- Evitai contacts nunecessaris e tegnai distanza d'autras persunas (almain 2 meters).
- Laschai sche pussaivel furnir victualias ed auters products indispensabels d'ina amia, d'in ami u d'ina vischina resp. d'in vischin u d'in servetsch da furniziun. Er differentas organisaziuns, las vischnancas e l'internet porschan sustegn.
- Duvrai sche pussaivel per scuntradas privatas u da fatschenta il telefon, Skype u in med d'agid sumegliant.

Sche Vus stuais ir tar il medi, prendai Voss auto u Voss velo u giai a pe. Sche quai n'è betg pussaivel, clamai in taxi. Tegnai almain 2 meters distanza d'autras persunas e resguardai las reglas d'igièna.

**Recumandaziun: Purtar ina mascrina, sch'i n'è betg pussaivel da tegnair distanza.**

Sche Vus avais in'activitad professiunala ed essas periclitada resp. periclità pervia d'ina malsogna preexistenta, As sto Voss patrun proteger.

Infurmaziuns utilas chattais Vus via Unia Svizra: Voss dretgs a la piazza da lavur <https://www.unia.ch/de/arbeitswelt/von-a-z/coronavirus> (en tudestg)

Avais Vus in u plirs sintoms sco tuss (per il solit tuss setga), mal la gula, respiraziun asmatica, fevra, sentiment da fevra, mal ils muscels u perdita andetga da l'odurat e dal palat? **Alura contactai immediatamain Vossa media/Voss medi u in ospital. Er la fin d'emna.** Descrivai Voss sintoms e schai che Vus tutgais tar las personas spezialmain periclitadas.

#### Co vegn transmess il nov coronavirus?

Il nov coronavirus vegn transmess principalmain tar in contact stretg e pli lung: sch'ins tegna damain che 2 meters distanza dad ina persona infectada.

La transmissiun succeda

- tras **guttins**: sche la persona malsauna **starnida u tussa**, pon ils virus cuntanscher directamain la pel mucosa dal nas, da la bucca u dals eglis d'autras personas.
- sur **ils mauns**: guttins infectus dal tusser e dal starnidar pon sa chattar sin ils mauns u sin autras surfatschas. Els cuntanschan la bucca, il nas u ils eglis, sch'ins tutga en quels.

#### Cura è ina persona infectusa?

Resguardai: Tgi ch'è s'infectà cun il nov coronavirus è infectus durant in lung temp. Numnadamain:

- gia **in di avant** ch'ils sintoms cumenzan – pia avant ch'ins percorscha ch'ins è infectà,
- **durant ch'ins ha sintoms èn ins spezialmain infectus,**
- **fin almain 48 uras suenter** ch'ins sa senta puspè dal tuttafatg saun. Tegnai perquai vinavant distanza e lavai regularmain ils mauns cun savun.

#### Duain tuttas e tuts purtar ina mascrina en il spazi public?

Na, nus na recumandain betg a personas saunas da purtar ina mascrina en il spazi public. Quellas na protegian betg en moda effectiva cunter ina infecziun cun il coronavirus. **Danor, sch'i n'è betg pussaivel da tagnair distanza.**

Ina mascra po percunter impedir che personas malsaunas infecteschan autras.

**Vinavant vala: Resguardai las reglas da distanza e d'igièna.**

## **Sintoms, diagnosa e tractament**

#### Tge sintoms sa mussan tar ina infecziun cun il nov coronavirus?

Ils suandants sintoms cumparan savens:

- tuss (per il solit tuss setga)
- mal la gula
- respiraziun asmatica
- fevra, sentiment da fevra
- mal ils muscels
- perdita andetga da l'odurat e dal palat

Ils suandants sintoms èn rars:

- mal il chau
- sintoms dal tract digestiv
- congiuntivitis
- dafraid

Ils sintoms èn da differenta grevezza e pon er esser levs. Pussaivlas èn er cumplicaziuns sco per exempel ina pneumonia.

Sche Vus avais in u plirs dals sintoms frequents, essas Vus eventualmain infectada resp. infectà cun il nov coronavirus.

**En quest cas:**

- **Restai a chasa.**
- **Contactai ina media, in medi u ina instituziun da sanadad e dumandai, sche Vus duais laschar far in test.**
- **Legiai las instrucziuns davart «l'isolaziun» ([www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads)) e las resguardai consequentamain.**

**Sche Vus avais sur 65 onns u ina malsogna preexistenta, vala: Contactai en cas d'in u da plirs dals sintoms frequents immediatamain ina media u in medi. Er la fin d'emna.**

Essas Vus malsegira resp. malsegir, co che Vus duais As cumportar?

Cun il check coronavirus sin <https://check.bag-coronavirus.ch/screening> retschavais Vus – sunter che Vus avais respundi ad intginas paucas dumondas – ina recumandaziun da cumportament da l'Uffizi da sanadad publica (en tudestg, franzos, talian ed englais).

Sin la pagina d'internet dal chantun Vad chattais Vus sin <https://coronavirus.unisante.ch/evaluation> in check coronavirus en 8 ulteriuras linguas.

Il check coronavirus na remplazza betg ina cussegliaziun, ina diagnosa u in tractament professional medicinal. Ils sintoms descrits en il check coronavirus pon er sa mussar en connex cun autras malsognas che basegnan in auter andament.

Contactai adina ina media u in medi, en cas da sintoms severs che sa pegiureschan u ch'As fan quitads.

Co vegn tractada ina infecziun cun il nov coronavirus?

Il tractament sa limitescha a la mitigaziun dals sintoms. Per proteger autras personas vegnan isoladas las personas malsaunas. En cas d'ina ina greva malsogna dovri in tractament en la staziun intensiva d'in ospital. Eventualmain dovri ina respiraziun artificziala.

Avais Vus mal, il sentiment d'esser malsauna resp. malsaun u sintoms che na stattan betg en connex cun il coronavirus?

Malesser, malsognas e sintoms che n'han da far nagut cun il coronavirus ston vinavant vegnir prendids serius e vegnir tractads. As laschai gidar e na spetgai betg memia ditg: Contactai ina media u in medi.

## **Ulteriuras infurmaziuns**

Duess ins evitar il traffic public, spezialmain durant il temp da grond traffic?

Ins po duvrar il traffic public, tant enavant che las reglas d'igiene e da cumportament pon vegnir observadas. Durant il temp da grond traffic na duain ins sche pussaivel betg duvrar il traffic public. Sche quai n'è betg pussaivel, duain ins resguardar las mesiras dal concept da protecziun da l'interpresa da traffic public correspondent.

A personas spezialmain periclitadas recumonda il UFSP anc adina d'evitar il traffic public, sche pussaivel.

Stoss jau metter si ina mascrina en il tren, en il bus u en il tram, sche jau na poss betg tegnair ina distanza da 2 meters?

En meds da traffic public che na vegnan frequentads da bleras personas, n'èsi betg necessari da purtar ina mascrina d'igiene. Durant il temp da grond traffic duessas Vus purtar ina mascrina d'igiene.

### Gruppas cun dapli che 5 personas restan scumandadas.

Ils 20 da mars 2020 ha il Cussegl federal scumandà inscunters da passa 5 personas en il spazi public, quai vul dir sin plazzas publicas, sin vias da spassegiar, en parcs ed en lieus sumegliants. Sche Vus As scuntrais cun autras personas, stuais Vus adina tegnair ina distanza d'almain 2 meters. Sche Vus na resguardais betg quai, stuais Vus quintar cun ina multa. Per tut las personas da tut las gruppas da vegliadetgna vala vinavant: Observai ils scumonds, las mesiras e tut las recumandaziuns dal Cussegl federal. As protegi senza resp. sez e n'infectai naginas autras personas!

### Tge poss jau far, sche mia lingua na vegn ni discurrida ni chapida en l'ospital?

Dumandai dapli il cumenzament per ina interpreta u in interpret. I dat er servetschs d'interprets per telefon. Sch'i vegnan engaschads interprets u interprets professiunals, na ston Voss confamigliars betg vegnir cun Vus. Uschia vegnan els protegids cunter ina infecziun. Vus avais il dretg da chapir e da vegnir chapida resp. chapì en cas d'intervenziuns medicinalas.

### Stuais Vus restar a chasa e duvrais Vus victualias u medicaments?

#### U vulais Vus gidar insatgi?

Guardai en Vossa vischinanza:

- Pudessas Vus dumandar insatgi per agid?
- U pudess insatgi duvrar Voss agid?

Ulteriuras pussaivladads:

- As drizzai a Vossa administraziun communal u municipal
- faschai diever da l'app «Five up»
- guardai sin [www.hilf-jetzt.ch](http://www.hilf-jetzt.ch)

Qua vala vinavant: Las reglas da cumportament e d'igiene ston vegnir garantidas e resguardadas da tut temp.

### Avais Vus uffants?

Ils uffants na duain betg vegnir pertgirads dal tat e da la tatta resp. dal non u da la nona u d'autras personas spezialmain periclitadas. Ils uffants na **duain betg giugar en gruppas da passa tschintg**. Els pon vinavant giugar en gruppas, però adina cun il medems uffants. E durant ch'ils uffants giogan ensemen, na duain ils geniturs betg s'inscuntrar en gruppas.

### Faschais Vus quitads u duvrais Vus insatgi per discurrer?

Qua chattais Vus las infurmaziuns correspondentas:

- en l'internet sin [www.dureschnufe.ch](http://www.dureschnufe.ch) / <http://www.santepsy.ch> / [www.salutepsi.ch](http://www.salutepsi.ch)
- cussegliaziun telefonica sut il numer da telefon 143 (il Maun offert)
- 

### As sentis Vus en privel a chasa, tschertgais Vus agid u protecziun?

- Numers da telefon ed adressas dad e-mail per cussegliaziuns anonimas e per protecziun en tut la Svizra chattais Vus sin [www.opferhilfe-schweiz.ch](http://www.opferhilfe-schweiz.ch) / [www.aide-aux-victimes.ch](http://www.aide-aux-victimes.ch) / [www.aiuto-alle-vittime.ch](http://www.aiuto-alle-vittime.ch).
- Clamai en **cas d'urgenza** la polizia sut il numer da telefon **117**.
- 

Ulteriurs numers da telefon impurtants:

- **L'alarm sanitar (ambulanza) 144**: Quest servetsch stat a disposiziun da tuttas uras per tut ils cas d'urgenza medicinals en tut la Svizra.
- La **infoline** davart il nov coronavirus: Sut il numer **058 463 00 00** vegni respundi a dumondas davart il nov coronavirus.
- **Corona-helpline dal HEKS/EPER** en 10 linguas (albanais / arab / bosniac-serb-croat / curd / persian, dari / portugais / spagnol / tamil / tigrinya / tirc): Sut il numer **0800 266 785** vegni respundi a dumondas davart la situaziun en connex cun il coronavirus en Svizra ed infurmà davart purschidas d'agid. Ulteriuras infurmaziuns sin: <https://www.heks.ch/was-wir-tun/heks-mehrsprachiges-hilfetelefon#plakate-und-videos>
- **Sche Vus n'avais nagina media da chasa resp. naging medi da chasa: Medgate** As stat a disposiziun sut il numer **0844 844 911** durant 24 uras, 365 dis per onn.

## Returnar a la piazza da lavur

Sch'ils manaschis e las instituziuns avran puspè, vegn la gliעד ad esser dapli en gir. Interpresas duain proteger uschè bain sco pussaivel las emploiadas ed ils emploiads sco er las clientas ed ils clients cunter ina infecziun cun il coronavirus. Per far quai ston vegnir elavurads concepts da protecziun.

## Tge è il nov coronavirus? Tge è SARS-CoV-2 e tge è COVID-19?

Il nov coronavirus è vegnì scuvert la fin da l'onn 2019 en China causa in augment extraordinari da pneumonia en la citad Wuhan, en la China centrala. Il virus è vegnì numnà SARS-CoV-2 e tutga tar la medema famiglia sco ils patogens dal «Middle-East respiratory syndrome» MERS e dal «severe acute respiratory syndrome» SARS.

Ils 11 da favrer 2020 ha l'Organisaziun mundiala da la sanadad OMS dà a la malsogna chaschunada dal nov coronavirus in num uffizial: COVID-19, l'abreviaziun da «coronavirus disease 2019» ubain per rumantsch «malsogna dal coronavirus 2019».

Tenor las infurmaziuns ch'èn actualmain avant maun vegni supponì ch'animals hajan infectà l'uman cun il virus e che quel vegnia ussa transmess dad uman ad uman. Il lieu d'origin è probablmain in martgà da peschs e d'animals en la citad Wuhan che las autoritads chinasas han serrà en il fratemp.

### Ulteriuras infurmaziuns:

[www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch)

[www.bag.admin.ch/neues-coronavirus](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus)

(tudestg, franzos, talian, anglais)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG  
Office fédéral de la santé publique OFSP  
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP  
Federal Office of Public Health FOPH