

PREVENCIJA



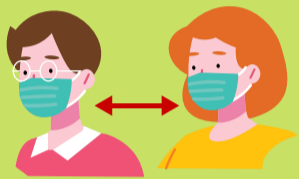
kaukių dėvėjimas



kosėjimo ir čiaudėjimo etiketas



rankų higiena



saugaus atstumo laikymasis



tiesioginio kontakto vengimas



Persirgus covid-19 gali varginti: dusulys, nuovargis, silpnumas

sugrįžti į įprastą ritmą pamažu padės:



skirtingos kvėpavimo metodikos



poilsis, kokybiškas miegas



sveika mityba



fizinis aktyvumas

COVID-19

Inkubacinis laikotarpis (t. y. laikotarpis nuo užsikrėtimo iki simptomų atsiradimo) yra nuo **2 iki 14 dienų**

žmonės gali perduoti virusą dar **iki simptomų atsiradimo**

SIMPTOMAI



kvėpavimo sutrikimai



sloga, staigus uoslės ir skonio praradimas



kosulys



galvos skausmas



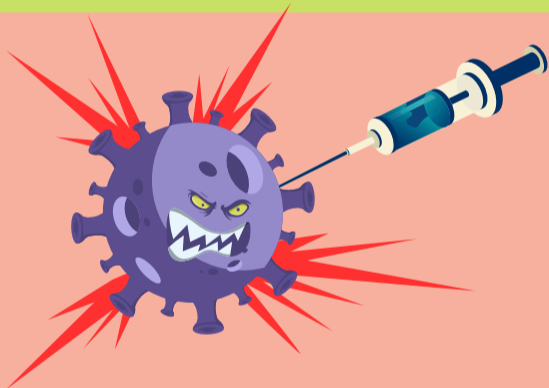
raumenų skausmas



pakilusi kūno temperatūra, nuovargis



pajutus peršalimo ar gripo simptomus – likti namuose



VAKCINOS nuo **COVID-19** yra vaistai, kuriais siekiama užkirsti kelią naujo koronaviruso SARS-CoV-2 sukeltoms ligoms, sukeliant imuninį organizmo atsaką.

Reikalingos 2 covid-19 skiepų dozės su 21 d. pertrauka.

Vakcinų veiksmingumas pasireiškia po antro covid-19 skiepo, dažniausiai praėjus 7 paroms.