

HORTOBÁGYI HÍRADÓ

2020. március • XXIII. évfolyam • 1. különszám



A szappan, fertőtlenítő, a C (és egyéb) vitamin bevitel, valamint a kellő mennyiségű folyadék fogyasztása mellett a betegségekkel szemben a levegőzés és szellőztetés a legjobb ellenszer. A napi séta most is ajánlott, kimutathatóan jól tesz a kedélyállapotnak, a napsütés pedig a szintén nagyon fontos D-vitamin készletek feltöltését segíti elő.

Fotó: Veres Hajnalka

Az új típusú koronavírus-járvány minden bizonnyal 2020 legemlékezetesebb eseménye lesz. Jelenleg a kezdeti szakaszában vagyunk, így nem tudhatjuk, mi vár ránk a következő hetekben, hónapokban, csak azt, hogy Kínában, ahonnan elindult a fertőzés, már túl vannak rajta. Minden egyes esetből, minden ország védekezési eljárásrendjéből okulhatunk, az interneten mostanra már mindenféle cikket, grafikont találhatunk a járvány terjedéséről, a védekezés nehézségeiről, a lehetséges gyógymódokról. Van szinte percnként frissülő járványtérkép is, amire hazánk is felkerült, elkerülhetetlen volt. Magyarország kormánya bizonyos intézkedésekre – jelenleg legalábbis – hogy némi mozgásteret, de a helyi intézkedések nagy része kormányrendelettel szabályozott, így kötelező érvényű a település vezetőire nézve is. Ilyen például a hivatali ügyintézés menetének megváltoztatása, (az elektronikus ügyintézésre való átállás), vagy a lakosság részére előírtan a fertőzött területekről érkezők számára a háziorvossal történő kapcsolatfelvétel. Maga a betegség elsősorban a krónikus betegekre és az idősekre nézve veszélyes, az óvintézkedések elsősorban őket védik, illetve azt a célt szolgálják, hogy ne egyszerre, tömegesen jelentkezzenek esetleg súlyos tünetekkel a kórházakban a betegek, mert ezt nem bírná a kórházi ellátórendszer. Lapunk különszáma a járvány elleni védekezésben szeretne segíteni. A legtöbb tanács a járvánnyal kapcsolatban a sokat emlegetett higiénés szabályok betartására fókuszál: mossunk kezet alaposan szappannal (20 másodpercig tart, kiterjed a csuklótól az ujjvégekig, a kézfejen át a körömökre is), a fertőtlenítésre, (a fertőtlenítő hirtelen hiánycikké vált, de házilag is készíthető tiszta szesz, azaz alkohol, desztillált víz és például teafa, citromfű, rozmaring, szegfűszeg, fahéj illóolajok elegyéből, bár a nagymamáink által jól ismert módszer is jó: a 20 %-os ecettel átmosott kilincs is fertőtlenített lesz). Szól arról, hogyan tüsszentsünk – ezt korábban illetmankönyvben olvashattuk inkább –, hogy kerüljük a kézfogást, puszilkodást, ölelést. Ez a külső védekezés, de ne feledjük, a belső védekezés legalább ilyen fontos! Az erős immunrendszer megállítja a vírust, próbáljuk tehát a szervezetünket felkészíteni a tél végén, tavasszal amúgy is támadó vírusok ellen. Vitalizáljuk magunkat! Az alma az egyik legegészségesebb gyümölcsünk, népszerű is, paprikából például, – aminek Szent-Györgyi Albert a C-vitamin felfedezését köszönheti – már hazait is lehet kapni (természetesen még nem szabadföldit), a jó minőségű méz is elérhető, a megfelelő folyadékpótlás pedig olyan elemi dolog, amit máskor is észben kellene tartanunk, de ilyenkor különösen fontos. Fontos még az is, hogy ne pánikoljunk! Előzzük meg a bajt, de maradjunk józanok. A legbölcsebb tanácsok mértékletességre intenek.

Veres Hajnalka

Lakossági tájékoztató

Hortobágy község polgármesterétől

Az élet- és vagyonbiztonságot veszélyeztető tömeges megbetegedést okozó humánjárvány megelőzése, illetve következményeinek elhárítása, a magyar állampolgárok egészségének és életének megóvása érdekében elrendelt veszélyhelyzet során teendő intézkedésekről (II.) szóló 45/2020. (III. 14.) Korm.rendelet (a továbbiakban: Korm. rendelet) alapján az alábbi intézkedéseket rendelem el:

Óvoda

A Korm. rendelet 2. §-a alapján 2020. március 16-tól visszavonásig rendkívüli szünetet rendelnek el a **Hortobágyi Nyitnikék Óvoda** vonatkozásában. Átmenetileg, különösen indokolt esetben kiscsoportos ügyelet vehető igénybe, melyet az intézményvezetővel minden esetben szükséges egyeztetni.

Gyermekeztetés

A kormányzati intézkedés értelmében a gyermekeztetés biztosítása az adott településen intézménytípustól függetlenül önkormányzati feladat, a gyermekek étkeztetése azonban nem történhet az oktatási-nevelési épületekben. A **Hortobágyi Nyitnikék Óvoda** és a **Hortobágyi Petőfi Sándor Általános Iskola és Kollégium** határozatlan idejű zárva tartása alatt biztosítani kívánjuk a gyermekeztetést. 2020. március 18-tól (szerda) az óvodás és iskolás gyermekek étkezését – előzetes igényfelmérést követően – az önkormányzat biztosítja. A belterületen élők az ebédet az iskolai konyhát a hátsó bejáratnál megközelítve vihetik el, a külterületen élő gyermekek részére a **Tanyagondnok** szállítja ki az ebédet, mindkét esetben a konyha által biztosított dobozban. Az igényeket az óvoda/iskola e-mail címe mellett a **phhortobagy@gmail.com** e-mail címen is jelezni kell. Ehhez a nyilatkozat az önkormányzat honlapjáról lesz letölthető. A nyilatkozat aláírásával egyidejűleg a szülő, törvényes képviselő tudomásul veszi, hogy – amennyiben rendszeres gyermekvédelmi kedvezményre nem jogosult – az önkormányzat helyi rendeletében meghatározott térítési díjat köteles megfizetni az ellátás után.

Hortobágyi Szociális Szolgáltató

A szociális étkeztetés az eddig megszokott formában történik a továbbiakban is. A házi segítségnyújtást a gondozottak változatlanul igénybe vehetik.

Háziorvosi ellátás

A háziorvosi ellátás nem fog megszűnni, továbbra is a megszokott módon és rendszerben működik. A szakorvosi javaslatok egyelőre érvényben maradnak, megújítani nem szükséges. Szakorvosi kontrollvizsgálatok csak nagyon indokolt esetekben, háziorvossal előzetesen egyeztetve vehetők igénybe. Az e-recepteket (felhőben) bárki kiválthatja. Táppénzes papírt nem szükséges kéthetente kiadni. További kérdésekkel a háziorvosok elérhetők:

Dr. Varga Annamária: +36 (20) 214-2203

Dr. Baji Sándor: +36 (30) 205-0358

Önkormányzati Hivatal

A **Balmazújvárosi Közös Önkormányzati Hivatal Hortobágyi Kirendeltségén** 2020. március 16-tól (hétfő) a személyes ügyfélfogadás határozatlan ideig szünetel. Kizárólag a halaszthatatlan, más módon nem intézhető ügyekben lesz személyes ügyfélfogadás, egyéb ügyekben telefonos és elektronikus ügyintézésre van lehetőség. Lehetőség szerint a személyes ügyintézés megelőzően is egyeztessenek időpontot telefonon: **+36 (52) 369-021**.

Petőfi Sándor Általános Iskola

A tanév március 16-ától az iskolán kívül, az interneten elérhető lehetőségek felhasználásával digitális formában zajlik. Az iskola épülete minden nap nyitva lesz 8-16 óráig, az iskola vezetősége, adminisztratív dolgozók elérhetőek lesznek. Csak azok számára adható engedély az iskolai ügyelet igénybevételére, akiknek szülei a járványveszély elhárításán dolgoznak, közfeladatokat látnak el, közellátást biztosítanak. Engedélyt az intézmény vezetője adhat. **A tanítás nem szünetel.** A távoktatásban a részvétel kötelező. A tájékoztató hivatalos felületei: **KRÉTA rendszer**, iskolai honlap (**www.petofi-hortobagy.sulinet.hu**). A Facebook nem hivatalos tájékoztatósi felület, de igyekezzenek mindenkit ott is tájékoztatni.

Általános tudnivalók a koronavírussal kapcsolatban

A betegség leggyakoribb tünetei

Láz, fáradtság, száraz köhögés, mellkasi fájdalom, nehézlégzés. Egyes betegeknél jelentkezhet izomfájdalom, orrdugulás, orrfolyás, torokfájás, hasmenés, légszomj. Vannak olyan fertőzöttek, akiknél nem alakul ki semmilyen tünet és nem érzik magukat betegnnek.

Mit tegyen, ha Ön potenciálisan fertőzöttnek érzi magát?

Ha Ön vagy egy Önnel szoros kapcsolatban álló személy fertőzött területen (pl. Észak-Olaszország) járt, vagy Ön akár Magyarországon fertőzött személlyel érintkezett és a fenti tünetei jelentkeznek, akkor az első teendők:

- Maradjon otthon, ne menjen közösségbe!
- Kérjük, hogy ne személyesen menjen a háziorvosi rendelőbe, hanem telefonon hívja fel háziorvosát! A háziorvos telefonon fogja kikérdezni Önt.
- Ha felmerül a koronavírus fertőzés gyanúja, akkor a háziorvos értesíti a mentőket, és kórházba szállítják Önt.
- A kórházban minden szükséges vizsgálatot és laborvizsgálatot végeznek, amely kimutatja, hogy koronavírussal fertőzött-e vagy nem.
- Ha a laboreredmény megerősíti, hogy Ön koronavírussal fertőzött, akkor kórházi megfigyelés (karantén) alá kerül. A kezelés attól függ, hogy a betegség enyhe vagy súlyos lefolyású.

Mennyire lesz valaki súlyos beteg, ha megfertőződik?

Nagyon fontos tudni, hogy a legtöbb esetben – az influenzához hasonló tünetekkel – enyhe lefolyású a betegség. A legtöbben (nagyjából 80%) bármely speciális kezelés nélkül felépülnek belőle. A koronavírus-fertőzés kifejezetten az idős emberekre, valamint a krónikus betegekre veszélyes. Rájuk kell legjobban vigyáznunk! Minden 6. fertőzöttből nagyjából 1-nél alakul ki súlyos betegség és légzési nehézség. Azoknál valószínűbb ezeknek a kialakulása, akiknek már olyan meglévő egészségügyi problémái vannak, mint a magas vérnyomás, szívproblémák, vagy cukorbetegség.

Fontos tudni, hogy a koronavírus (az influenzához hasonlóan) cseppfertőzéssel terjed

A koronavírus ugyanúgy terjed, mint az influenza, cseppfertőzéssel, vagyis az orrból vagy szájból származó apró cseppeken keresztül terjed emberről emberre. A vírus tehát köhögéssel, tüsszentéssel, kilégzéssel kerül a környezetbe. Ezért is fontos több mint 2 méter távolságra maradni a megbetegedett személyektől és betartani az alapvető higiéniai szabályokat, mert azzal megfertőződhet valaki, hogy a cseppekkel szennyezett tárgyakhoz vagy felületekhez ér, majd a szeméhez, orrához vagy szájához nyúl.

A megelőzéshez a legfontosabb óvintézkedések

Néhány egyszerű higiénés szabály betartásával jelentősen csökkentheti az esélyét annak, hogy elkapja a fertőzést:

- Ne menjen olyan környezetbe, ahol nagy a valószínűsége a fertőzésnek! Ezért is fontos, hogy ne utazzon most például a gócpontnak számító Észak-Olaszországba vagy olyan területekre, amiről már tudni lehet, hogy sok a fertőzött.
- Kerülje a szoros kapcsolatot olyan személlyel, aki vírushordozó lehet, mert pl. a közelmúltban valamely külföldi fertőzött területen járt!
- Alaposan és gyakran mosson kezet! Lehetőleg szappanos vízzel vagy legalább 60% alkoholtartalmú kézfertőtlenítővel tisztítsa meg a kezét! Ügyeljen a körmei alatti, és az ujjai közötti területekre is!
- Szellőztessen gyakran! Ez vonatkozik az otthonra, az irodákra, minden zárt térre.
- Köhögéskor és tüsszentéskor takarja el az orrát és száját zsebkendővel, utána dobja ki a zsebkendőt és mosson kezet!
- Kerülje el a köhögő, légúti tüneteket mutató embereket, a nagy tömeget!
- Lázas beteggel lehetőség szerint kerülje az érintkezés minden formáját!
- A megszokott érintkezési, üdvözlési formákat, például a kézfogást, a pusztit, a baráti ölelést tanácsos mellőzni.
- Fordítson fokozott figyelmet immunrendszere erősítésére, pl. fogyasszon elegendő vitamint!
- Ha Ön egészséges, az arcmaszk használata önmagában nem előzi meg a fertőzést.
- Az arcmaszk a megbetegedetteknek ajánlott, hogy ne terjesszék a vírust egy-egy tüsszentéssel vagy köhögéssel.

El lehet-e kapni a betegséget olyan személytől, akinek nincsenek tünetei?

A betegség terjedése főleg a fertőzött személyek által kikökögött, kilégzett cseppeken keresztül történik. Annak a kockázata, hogy olyasvalakitől kapjuk el a betegséget, akinek egyáltalán nincsenek tünetei, nagyon alacsony. Ugyanakkor sok betegnél csupán enyhe tünetek jelentkeznek. Ezért elképzelhető, hogy olyasvalakitől kaphatjuk el a betegséget, akinél csupán enyhe köhögés jelentkezik, és nem érzi betegnek magát.

Tisztelt hortobágyi lakosok!

Mára már mindenki előtt ismert, hogy a koronavírus miatt rendkívüli jogrendet, „veszélyhelyzetet” rendelt el a Kormány az ország egész területére. Az összes ország vonatkozásában *beutazási tilalom* lépett életbe. Az ország-határokat személyi forgalom elől lezárták. Külföldről érkező magyar állampolgárok hazatérhetnek, de *kötelező egészségügyi ellenőrzésen* kell átesniük. Ezen veszélyhelyzet miatt az Önök egyéni felelősségére és büntetőjogi következményeire tekintettel a megelőzés és a közösségvédelem érdekében kérem, azonnal vegyék fel telefonon a kapcsolatot háziorvosaikkal, vagy hívják az *ingyenesen hívható zöld számot +36 (80) 277-455*.

Felhívom figyelmüket, akik külföldről érkeztek haza településünkre, amennyiben tünetmentesek, akkor is kerül-jék a közösségi jelenléte és szíveskedjenek 2 hét önkéntes házi karanténba vonulni!

Kérem a fentiek szíves tudomásul vételét és betartását!

Jakab Ádám
polgármester

koronavirus.gov.hu | Hiteles és naprakész információk
a hatósági intézkedésekről, a megelőzéshez szükséges lépésekről
és teendőkről a panaszok esetén.

Ingyenes en hívható zöld szám:
+36 (80) 277-455 • +36 (80) 277-456
e-mail: **koronavirus@bm.gov.hu**

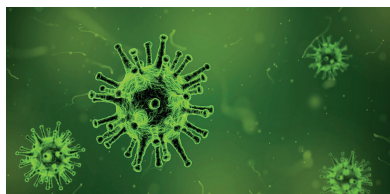
• A 70. életévüket betöltött személyeket a Kormány arra kéri, hogy lakóhelyüket, vagy tartózkodási helyüket ne hagy-ják el. Ha a 70. életévét betöltött személy vállalja, hogy lakhelyét nem hagyja el, (vagyis a házában, lakásában marad) és erről az önkormányzatot tájékoztatja, az ellátásáról való gondoskodás a települési önkormányzat polgármesteré-nek feladata. Ezért kérünk minden 70. életévét betöltött személyt, aki szeretne élni ezzel a joggal, igényét jelezze az önkormányzat ismert elérhetősége bármelyikén. Kérünk mindenkit, aki így dönt, mérlegelje, hogy egyébként a családon belül valaki el tudja-e látni ezt a feladatot (bevásárlás, gyógyszerkiváltás, egyéb teendők). A legveszélyezte-tettebb korosztály a valamilyen súlyos betegségben egyébként is szenvedő idősök köre, ezért náluk kiemelten fontos a járvány megfékezését szolgáló higiénés szabályok betartása.

• A koronavírus-járvány közösségben terjed a leggyorsabban. Ezért komoly, a csoportosulásokat korlátozó intézke-dések lépnek életbe a vendéglátóhelyekre, üzletekre, tilos a rendezvények szervezése, a mozik és más kulturális intéz-mények látogatása. A kormány arra kéri az időseket, hogy ne hagyják el otthonaikat. A WHO adatai szerint eddig a fertőzés nagyjából 2%-a volt halálos kimenetelű.

• Az üzletek nyitvatartásának korlátozása: kizárólag reggel 6 óra és délután 3 óra között lehetnek nyitva – az élel-miszert, az illatszert, a drogériai terméket, a háztartási tisztítószer, a vegyi árut és a higiéniai papírterméket árusító üzlet, továbbá a gyógyszer-tár, a gyógyászati segédeszközt forgalmazó üzlet, az üzemanyag-töltőállomás és a do-hánybolt kivételével.

• Szabálysértést követ el, aki a fenti (vendéglátóhelyekre, üzletekre, rendezvényekre, kulturális eseményekre elren-delt) látogatási tilalmakat megszegi, amely akár félmillió forintos pénzbírsággal is sújtható. A korlátozó intézkedések betartását a rendőrség ellenőrzi és szankcionálja.

Forrás: Internet



A láthatatlan ellenség

A koronavírusok alapvetően állatok körében fordulnak elő, ugyanakkor egyes koronavírus törzsekről ismert, hogy képesek az emberben is fertőzést okozni. A koronavírusok mind állatról emberre, mind emberről emberre terjedhetnek. A mostani jár-ványt okozó új koronavírus 2019 végén azonosították Kínában. Az új koronavírus által okozott betegség neve a COVID-19 (coronavirus disease - koronavírus okozta megbetegedés 2019). Ez a vírustörzs a kínai Vuhanban a 2019 decemberében kitört járvány előtt ismeretlen volt.

A Hortobágyi Híradó márciusi 1. különszámában megjelentek a lapzártakor (március 17.) aktuális információkon alapszanak.

Impresszum | **Kiadó:** Hortobágy Község Önkormányzata, 4071 Hortobágy, Czinege J. utca 1.

• Telefon: +36 (52) 369-021 • E-mail: phhortobagy@gmail.com • **Felelős kiadó:** Jakab Ádám András

• **Főszerkesztő:** Veres Hajnalka (E-mail: vereshajni@gmail.com) • **Megjelenik:** havonta 650 példányban

• ISSN 2677-0946 (Nyomtatott) • ISSN 2677-0954 (Online) • **Nyomda:** Center-Print Nyomda Kft.