




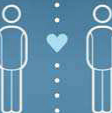



Novel koronavirusas – svarbi informacija	Novel Coronavirus – Useful information	
<p>Kas yra „Novel Koronavirusas“? Tai naujas virusas, kuriuo žmonės nėra sirgę iki šiol. Šis virusas yra kitoks nuo buvusių ar esamų sezoninių virusų, nėra išrastos vakcinos ar vaistai jam gydyti.</p>	<p>What is the “Novel Coronavirus”? A new virus that has not circulated among humans before. This virus is different from previous or current human seasonal viruses, therefore no established treatment exists.</p>	
<p>Kokie simptomai? Dažni infekcijos požymiai yra kvėpavimo takų simptomai, karščiavimas, kosulys, dusulys ir kvėpavimo sunkumai. Sunkesniais atvejais infekcija gali sukelti pneumoniją, sunkų ūminį kvėpavimo sindromą, inkstų nepakankamumą ir net mirtį.</p>	<p>What are the symptoms? Common signs of infection include respiratory symptoms, fever, cough, shortness of breath and breathing difficulties. In more severe cases, infection can cause pneumonia, severe acute respiratory syndrome, kidney failure and even death.</p>	
<p>Kaip perduodamas šis virusas? Naujas virusas perduodamas kaip įprastas gripas: dažniausiai lašeliais kosint ar čiaudint. Perdavimas taip pat gali vykti liečiant paviršius. Virusas perduodamas iš rankų į burną, nosį ar akis.</p>	<p>How is this virus transmitted? The new virus is transmitted like normal flu: mostly via droplets when coughing or sneezing. Transmission can also occur through touching surfaces. The virus is passed from hands to the mouth, nose or eyes.</p>	
<p>Kokios yra geriausios priemonės užkirsti kelią šio viruso plitimui? Padidintos higienos priemonės, kaip aprašyta toliau.</p>	<p>What is the best means to prevent this virus from spreading? Padidintos higienos priemonės, kaip aprašyta toliau.</p>	
<p>Svarbiausi prevencijos būdai</p>	<p>Novel Coronavirus Best Practices</p>	
<p>Nusiplaukite rankas ir venkite Plaukite rankas muilu kelis kartus per dieną 20–30 sekundžių, nepamirškite tarpupirščių. Naudokite vienkartinius rankšluosčius. Venkite liesti burną, akis ir nosį.</p>		<p>Wash your hands and keep them away from your face Wash your hands with soap several times a day for 20 to 30 seconds, including between your fingers. Use disposal towels. Avoid touching your mouth, eyes and nose.</p>
<p>Būkite atsargūs kosėdami Jei kamuoja kosulys, darykite tai atokiau nuo kitų žmonių. Geriausia kosėti į rankovę, o ne į ranką. Naudokite vienkartinės servetėles.</p>		<p>Be careful how you cough If you cough, do so away from other people. It's best to cough into your sleeve, not into your hand. Use disposable Kleenex.</p>
<p>Saugokitės ankstyvųjų požymių Staigi aukšta temperatūra, labai bloga savijauta, kosulys ir skausmai rodo gripą.</p>		<p>Watch out for early signs A sudden high temperature, feeling very ill, coughing and aches and pains all indicate flu.</p>
<p>Būkite namuose Negalima eiti į darbą, jei karščiujate, jei pasireiškia gripo simptomai. Būkite namuose ir ilsėkitės tol, kol gydytojas nurodys, kad nebegalite užkrėsti.</p>		<p>Stay at home Don't go to work if you are feverish with flu like symptoms. Stay at home and rest until your doctor indicates that you are no longer contagious.</p>
<p>Greitai pasveikti Daug ilsėkitės ir išgerkite daug skysčių. Paklauskite gydytojo, ką dar turėtumėte daryti.</p>		<p>Get well soon Get lots of rest and drink lots of fluids. Ask a doctor what else you should do.</p>
<p>Apsaugokite savo šeimos narius Jei sergate, apribokite visus fizinius kontaktus, tokius kaip apkabinimas ir bučiavimas. Jei įmanoma, apsistokite atskirame kambaryje. Ypatingą dėmesį atkreipkite į higieną, ypač virtuvėje ir vonios kambaryje.</p>		<p>Protect members of your family If you're ill, limit all physical contact such as hugging and kissing. Wherever possible, stay in a separate room. Pay particular attention to hygiene, especially in the kitchen and bathroom.</p>
<p>Reguliariai vėdinkite kambarius Kambarius vėdinkite reguliariai (3–4 kartus per dieną) bent 10 minučių. Tai sumažina virusų kiekį ir pagerina ventiliaciją.</p>		<p>Air closed rooms regularly Air rooms regularly (3-4 times a day) for at least 10 minutes. This reduces the number of viruses and improves ventilation.</p>