

Napisale Elizabeth Jenner, Kate Wilson in Nia Roberts

Ilustriral Axel Scheffler



# Koronavirus

Knjiga za otroke



Svetovalec: profesor Graham Medley

Profesor za raziskovanje nalezljivih bolezni  
Londonska šola za higieno in tropsko medicino

*Nosy Crow je to knjigo naredila hitro, za pomoč otrokom in njihovim družinam.  
Nihče od sodelujočih za svoje delo ni bil plačan.*

*Spodaj so naštet tisti, ki bi se jim radi zahvalili za  
njihov nesebični in strokovni prispevek:*

Axel Scheffler

Profesor Graham Medley  
Profesor za raziskovanje nalezljivih bolezni  
Londonska šola za higieno in tropsko medicino

Sara Haynes  
Ravnateljica, osnovna šola Arnhem Wharf, London

Alex Lundie  
Namestnica ravnateljice, osnovna šola Arnhem Wharf, London

Monica Forty  
Ravnateljica, osnovna šola Bena Jonsona

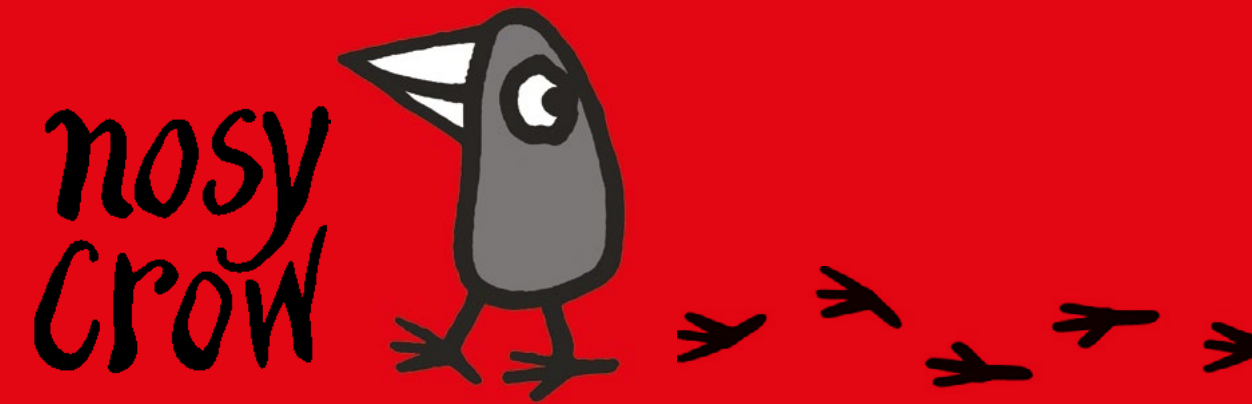
Dr. Sarah Carman  
Klinična psihologinja, NHS  
Specialistka za duševno zdravje otrok in najstnikov in za nevrološki razvoj

Naslov izvirnika: Coronavirus  
Prvič izdano v Veliki Britaniji pri založbi Nosy Crow Ltd, 2020.  
Besedilo © Nosy Crow, 2020  
Ilustracije © Axel Scheffler, 2020  
Vse pravice pridržane.

Napisale: Elizabeth Jenner, Kate Wilson in Nia Roberts  
Ilustriral: Axel Scheffler  
Prevedla: Mojca Žnidaršič  
Grafična priprava: Brigita Vehar  
Za Slovenijo: Založba Morfemplus d. o. o.  
Za založbo: Helena Kraljič  
Lektorirala: dr. Andreja Jezernik

Jezero, 2020

Knjige založbe Morfem lahko naročite na spletni strani  
<http://www.morfem.si>.



Ilustriral Axel Scheffler

# Koronavirus

## Knjiga za otroke

Napisale Elizabeth Jenner, Kate Wilson in Nia Roberts

morfem  
plus

Svetovalec: profesor Graham Medley

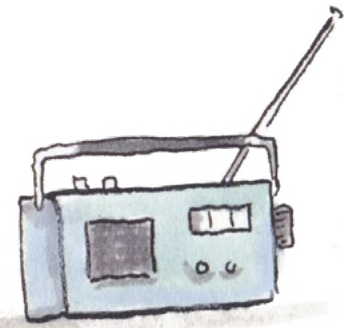
Profesor za raziskovanje nalezljivih bolezni  
Londonska šola za higieno in tropsko medicino

Vsepovsod se pojavlja nova beseda, ki si jo morda že slišal.

Morda si o njej slišal govoriti ljudi, morda si jo slišal med poročili. Ta beseda je razlog, da ne hodiš v šolo ali vrtec. Je razlog, da ne smeš prav pogosto ven ali na obisk k prijateljem. Morda je razlog, da so doma tudi odrasli ali odrasel, ki skrbi zate.



Ta beseda je



**KORONAVIRUS**



Ampak kaj je to in zakaj vsi govorijo o njej?



## KAJ JE KORONAVIRUS?



Koronavirus je vrsta *virusa*.

Virusi so drobni prenašalci bolezni, tako majhni, da jih ne moreš videti.

Tako lahki so, da lahko plavajo po zraku v drobcenih kapljicah vode in ti sedejo na kožo, ne da bi jih občutil. V nekaterih primerih lahko zaidejo vate, tvoje telo lahko uporabijo, da se namnožijo, in zaradi tega lahko zbolíš.



Obstaja veliko različnih podtipov koronavirusa in nekateri med njimi okužijo ljudi. Če si se okužil z enim od že znanih koronavirusov, si najverjetneje imel le smrkav nos ali si kašljal.



Ampak ko ta **popolnoma novi** podtip koronavirusa zaide v človekovo telo, povzroči bolezen, imenovano covid-19. Ko ljudje govorijo o tem, da so se »okužili s koronavirusom«, govorijo o tej bolezni.

## KAKO SE OKUŽIŠ S KORONAVIRUSOM?

Ker je to **novi koronavirus**, znanstveniki o njem še ne vedo vsega. Predvidevajo pa, da se ljudje lahko okužijo predvsem na dva načina.

Drobni koronavirus živi v grlu in ustih ljudi. Ko nekdo, ki ima koronavirus, kašlja, kihne ali izdihne, virus v drobnih kapljicah vode pride iz njegovih ust.



Čeprav virusov ne moreš videti, pa včasih lahko vidiš te drobne kapljice. V hladnem vremenu se pokažejo kot oblaček sopare! Če bi torej kdo po nesreči vdihnil zrak, v katerem je koronavirus, bi lahko zbolel.



Ta drobni koronavirus iz notranjosti svojega telesa prav tako zlahka preneseš na roke, če se dotikaš nosu ali ust.

Če oseba, ki ima na rokah koronavirus, odpre vrata, lahko nevidni virus še več ur živi na kljuki. Če prime za kljuko nekdo drug, se virus prenese tudi na njegove roke.

In če se nato dotakne nosu ali ust, lahko viruse zanese v svoje telo.



Koronavirus lahko torej dobiš tudi tako, da se dotakneš stvari, ki se jih je pred tabo dotaknil nekdo z virusom.

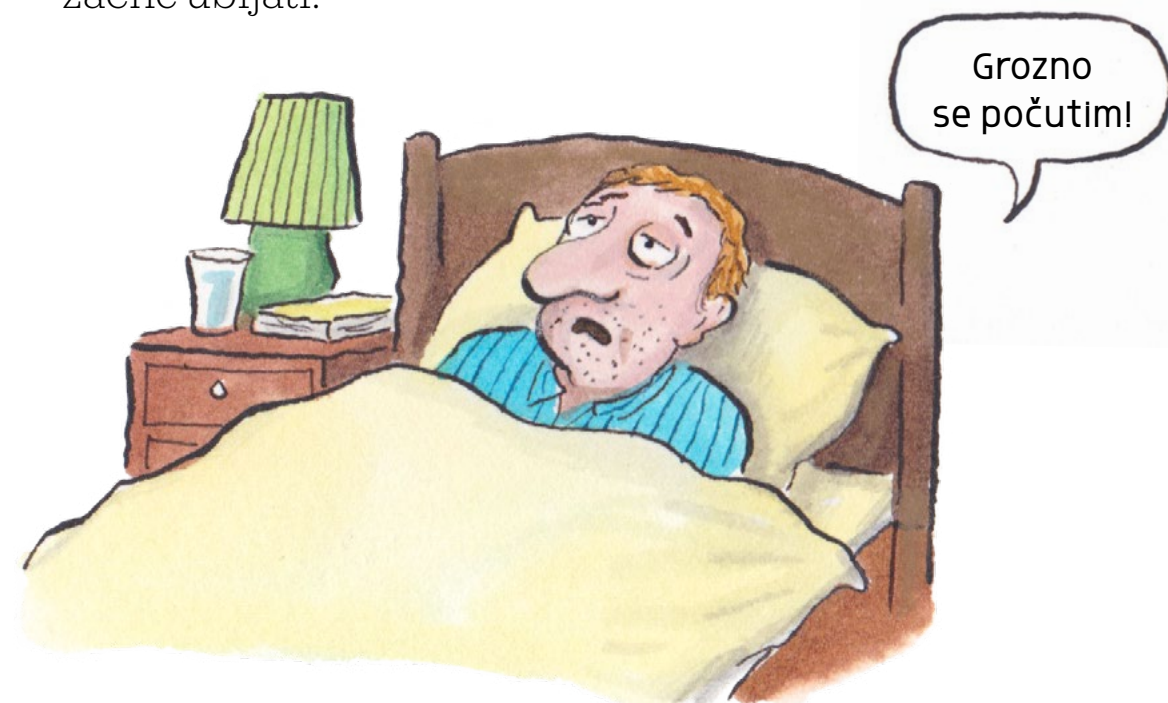
## KAJ SE ZGODI, ČE SE OKUŽIŠ S KORONAVIRUSOM?

Nekateri ljudje, še posebej večina otrok, skoraj niso bolni, ko dobijo koronavirus. Še vedno pa imajo ta virus v telesu in ga lahko po nesreči na koga prenesejo.



Ko dobijo koronavirus, številni ljudje kašljajo in dobijo visoko temperaturo. Nekateri imajo tudi glavobole ali bolečine po vsem telesu.

Ljudje se navadno nekaj dni počutijo slabo. Ampak naša telesa so osupljiva. Ko v telo vstopi nov škodljiv delec, kot je na primer novi koronavirus, telo ve, da ne bi smel biti tam, in ga začne ubijati.



Telo ima osupljivo orožje proti virusom, in to orožje se imenuje **protitelesa**. Drobne celice v tvoji krvi proizvajajo protitelesa, da se bojujejo z različnimi virusnimi vsiljivci. Protitelesa ujamejo viruse, potem pa jih krvne celice pogoltnejo, uničijo in človek okreva.

Vsak izmed nas ima v telesu več kot 10 milijard različnih vrst protiteles.



To pomeni, da je v tebi ta trenutek več različnih protiteles, kot je ljudi na svetu!

## ZAKAJ POTEM LJUDI SKRBI, DA BI SE OKUŽILI Z NOVIM KORONAVIRUSOM?

Skoraj vsi imamo telo, ki je dovolj zdravo, da se lahko spopade s koronavirusom. Nekateri pa se z okužbo težje spopadejo, ker njihova telesa niso dovolj močna. To so ljudje, ki so starejši od 70 let ali pa imajo že druge bolezni, kot je na primer rak, ki njihova telesa oslabi.



Ti ljudje za boj proti koronavirusu potrebujejo pomoč. To pomeni, da morajo v bolnišnico in da morajo morda uporabiti posebno napravo, ki se imenuje **respirator**, da jim pomaga dihati.



Vendar pa včasih niti to ni dovolj, da bi tem ljudem pomagalo okrevati. Kadar se to zgodi, žal umrejo.

Zato morajo ti ljudje res ostajati doma, stran od krajev, kjer bi se lahko okužili z novim koronavirusom.



Ne smejo imeti obiskovalcev. To morda pomeni, da nekaj časa ne boš smel obiskovati koga iz svoje družine, da boš pomagal obvarovati njegovo zdravje.



## ALI POZNAMO ZDRAVILO ZA KORONAVIRUS?

Večina ljudi po okužbi s koronavirusom okreva brez pomoči. Ampak zdravniki in znanstveniki želijo vsem pomagati, da bi okrevali hitro in varno.

Zdravniki še nimajo zdravila za bolezen covid-19, ki jo povzroča koronavirus, ker je to nova bolezen. Nekatera zdravila, ki jih zdravniki že poznajo, morda pomagajo, zato jih preizkušajo na ljudeh, ki so bolni.

Ampak celo če ta ne delujejo, se znanstveniki trudijo za zdravljenje okužbe s koronavirusom izdelati povsem nova zdravila, ki jih prej še nismo poznali.



Druga stvar, ki se jo znanstveniki trudijo izdelati, je cepivo.

Cepivo je posebno zdravilo, ki ti ga navadno vbrizgajo v telo, ko si zdrav. V cepivu so oslabljeni ali mrtvi virusi. Protitelesa v tvoji krvi lahko vadijo uničevanje teh delcev, da se potem, če se okužiš s tem virusom, telo lahko hitreje začne boriti z živim virusom.



Ko si bil dojenček, so te verjetno že nekajkrat cepili. To pomeni, da za nekaterimi boleznimi ne boš zbolel!



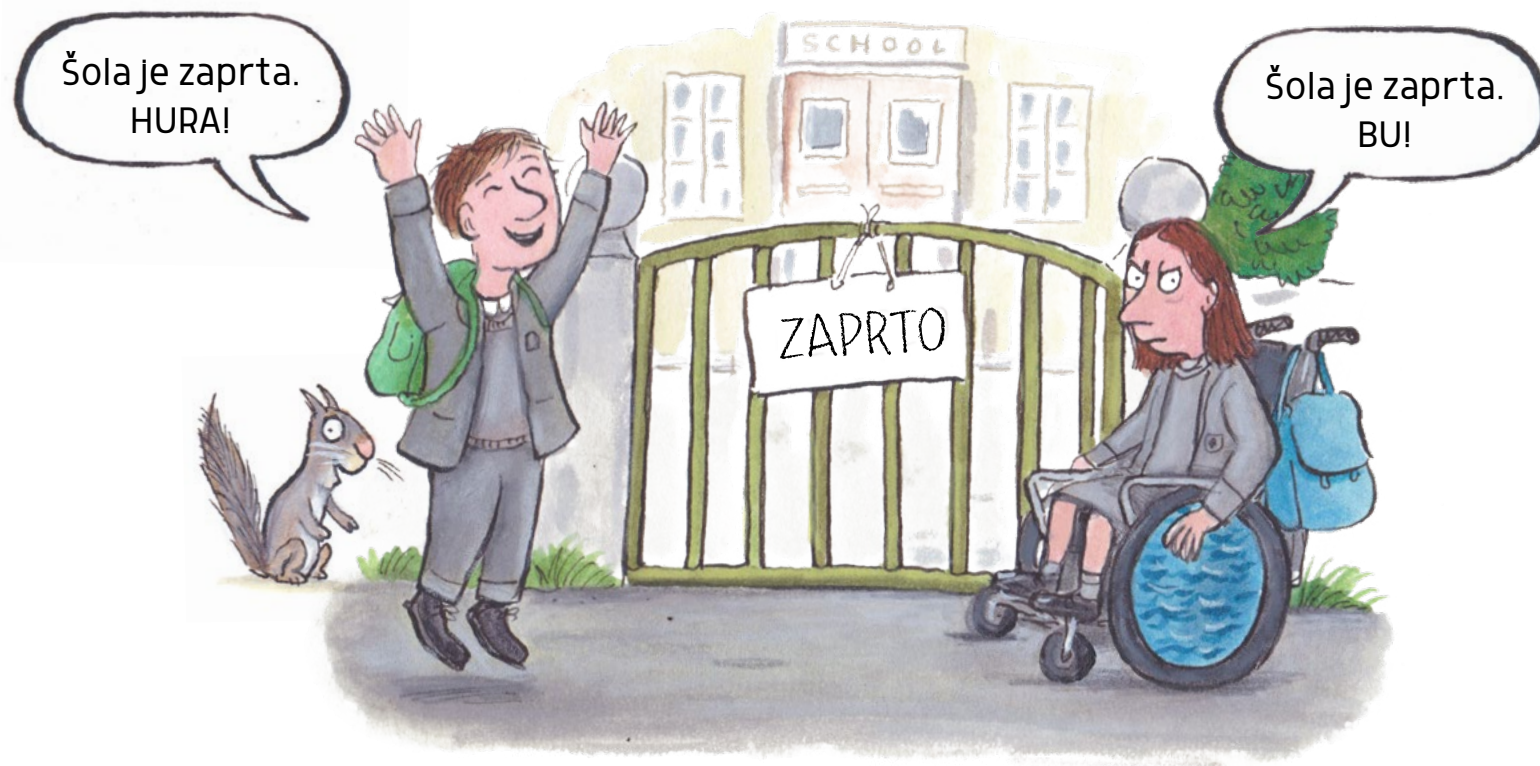
Da naredijo novo zdravilo, traja več mesecev. Preden ga lahko dajo velikemu številu ljudi, morajo zagotoviti, da je varno za vse, zato ga morajo najprej previdno preizkusiti na manjšem številu ljudi. Potem pa, ko vedo, da deluje in je varno, ga morajo narediti dovolj za vse, ki ga potrebujejo.



## ZAKAJ SO NEKATERI KRAJI, KAMOR NAVADNO HODIMO, ZAPRTI?

Čeprav bodo številni ljudje, ki se bodo okužili s koronavirusom in zboleli zaradi bolezni covid-19, okrevali, pa je zelo pomembno, da se je ne nalezejo ljudje, ki bi lahko resno zboleli. To pomeni, da moramo poskrbeti, da se s koronavirusom okuži čim manj ljudi, da ga ne prenesemo na koga, ki bi lahko hudo zbolel. In če bo veliko ljudi zbolelo in moralo hkrati v bolnišnico, potem bodo imeli tam preveč dela, da bi lahko dobro poskrbeli zanje.

Koronavirus lahko dobimo tako zlahka, da moramo biti zelo previdni, da ne hodimo blizu ljudi, ki ne živijo z nami.



Zato so vsi kraji, kjer je skupaj veliko ljudi – kot so šole in knjižnice –, zdaj zaprti. Vlada naše in številnih drugih držav pravi, da lahko gredo ljudje iz svojih domov le, če res nujno morajo.



Nekateri ljudje, kot so zdravniki, medicinske sestre, ljudje, ki delajo v trgovinah z živili, ali tisti, ki nam domov dostavljajo stvari, morajo od doma in v službo.

Večina ljudi prav tako sme od doma, da kupijo hrano ali se razgibajo, a morajo biti zelo previdni, da ne hodijo preblizu drugim.

Če kdo v tvoji družini zboli in misli, da ima koronavirus, potem dva tedna sploh ne smeš od doma.

Vsi moramo ostati doma, da zaščitimo ljudi, ki bi težko premagali okužbo s koronavirusom.



## KAKO JE BITI VES ČAS DOMA?

Včasih je zelo zabavno biti doma s tistimi, s katerimi živiš. Lahko počnete stvari, ki jih navadno ne morete, ko ste v šoli ali ko morajo odrasli delati.



Včasih mi je dolgčas.



Včasih pogrešam prijatelje.



Včasih sem jezen.



Včasih sem žalostna.



Kaj pa, če sem zaskrbljen?

Popolnoma normalno je, če imaš take občutke. In vsi, ki živijo s tabo, verjetno občasno čutijo enako, tudi če se trudijo, da tega ne pokažejo.



Dolgčas!



Dolgčas!

Odrasli, ki skrbi ali skrbijo zate, so morda tudi zaskrbljeni. Včasih so morda zaskrbljeni zaradi dela. Včasih je morda težko kupiti stvari, ki jih potrebujete, in mogoče jih skrbi tudi to.



Dolgčas!

Če si zaskrbljen, se pogovori z odraslim, ki skrbi zate. Ali pa se morda lahko z učiteljem ali kom drugim v družini pogovoriš po telefonu ali tako, da uporabiš tablico ali računalnik.

## KAJ LAHKO STORIM, DA POMAGAM?

Že zdaj veliko pomagaš, ker si doma. Pomagaš pa lahko tudi tako, da si zelo previden, da ne dobiš koronavirusa niti ga ne preneseš na koga drugega.

Si vedel, da ta virus ubije že milo? Če si torej res temeljito in dovolj dolgo umivaš roke, na njih ne boš imel koronavirusa. Medtem ko si umivaš roke, lahko poješ pesmico, da se boš prepričal, da jih umivaš dovolj dolgo – tako dolgo, da dvakrat zapoješ pesmico *Vse najboljše!*



Če moraš zakašljati ali kihniti, naredi to v rokav, ne v dlan. Tako koronavirusa na ta način ne moreš prenesti na druge.



Če si moraš obrisati ali izpihati nos, uporabi papirnat robček in ga takoj vrzi v smeti. Ne pozabi si umiti rok, saj koronavirus živi v smrkluju in lahko iz robčka pride na tvoje roke.



Če bomo to počeli vsi, bo zelo pomagalo!

## KAJ ŠE LAHKO STORIM?

Druga pomembna stvar je, da si prijazen z ljudmi, s katerimi živiš. Stvari bodo drugačne in morda težke za vse vas.

Če živiš z brati ali sestrami, ti bodo morda šli včasih na živce. A potrudi se, da se ne boš prepiral z njimi.



Če živiš z odraslimi, jim morda lahko pomagaš tako, da narediš, kar so te prosili, ali pa jim nameniš velik objem.



Čeprav nisi v šoli, opravi svoje delo za šolo. Tako si boš zaposlil misli in ti ne bo dolgčas. In po tem, ko se boš vrnil v šolo, boš veliko znal.

Če nimaš svojega računalnika, tablice ali telefona, se dogovori, kako si lahko čas na teh napravah deliš pošteno z vsemi, ki jih potrebujejo. Ne pozabi, odrasli, s katerimi živiš, morajo morda prav tako delati.

Če delajo od doma, jim pomagaj tako, da jih ne motiš, ko se trudijo opraviti delo. Potem bodo verjetno imeli več časa, da boste skupaj počeli kaj zabavnega. Morda lahko narediš seznam stvari, ki bi jih rad počel z njimi.



## IN KAJ SE BO ZGODILO POTEM?

To je za vse nas nenavadno obdobje in dogaja se po vsem svetu.



A če bomo previdni in bomo ostali doma, bomo pripomogli k temu, da bomo ustavili širjenje koronavirusa. Tako bodo imeli znanstveniki in zdravniki čas ugotoviti, kako pozdraviti bolezen covid-19 in z uporabo zdravil in cepiv morda preprečiti, da bi jo ljudje sploh dobili.

Enkrat prav kmalu, čeprav nihče ne ve natančno, kdaj, boš znova lahko obiskal tiste, ki jih imaš rad, pa ne živijo s tabo, se igral s prijatelji, znova šel v šolo in počel veliko drugih stvari, v katerih sicer uživaš, a jih zdaj ne moreš početi.



To čudno obdobje se bo enkrat končalo.



