

# “Covid-19”, “isolasie”, “kwarantyn”. Dis maar net van die woorde wat binne weke deel geword het van ons woordeskat.

Die koronavirus het oornag die hele wêreld se grootste gemeenskaplike vyand geword en daar hang 'n ongekende paniekerigheid oor ons eie land. Ons weet nie hoe die virus homself gaan uitspeel nie.

Maar kennis is mag. **Netwerk24** wil jou in hierdie tydperk ingelig hou, sodat jy alles in jou vermoë kan doen om jouself en ander toe te rus en te beveilig.

*'n Spesiale verslag deur Jana Marx  
Grafika deur Jaco Grobbelaar en Theuns Kruger*

In Desember 2019 het die Wêreldgesondheidsorganisasie (WGO) bewus geword van 'n uitbreking van “longontsteking” in Wuhan, China, wat anders lyk as enige ander virusinfeksie wat aan medici bekend is.

In dieselfde week het Chinese dokters probeer om die lewe van 'n 61-jarige man in Wuhan te red, berig Bloomberg. Hy het aan erge longontsteking gely wat deur 'n onbekende virus veroorsaak is. Die medisyne kon nie sy longinfeksie beheer nie en sy bloed is deur 'n kunsmatige long gepomp – totdat hy in septiese skok gegaan het en sy lewensorgane ingegee het.

Die man is op 9 Januarie dood.

Dit was nie 'n gewone sterfgeval nie. Wuhan se stadsraad het daardie dag aangeteken as die een met die eerste amptelike sterfte aan die nuwe, dodelike koronavirus – 'n stam afkomstig uit die familie van koronaviruse wat gewoonlik gewone verkoues veroorsaak.

---

# VINNIGE KORONAFEITE

## *Wat is 'n koronavirus?*

Koronaviruse is 'n groot familie van viruse wat siektes by diere en mense kan veroorsaak. So 'n infeksiesiekte word 'n soönose genoem, wat beteken dit word van diere na mense oorgedra. Die nuutste koronavirus kan egter ook tussen mense versprei en veroorsaak die koronavirussiekte Covid-19.

---

## *Wat presies is Covid-19?*

Covid-19 is 'n hoogs aansteeklike siekte wat veroorsaak word deur die koronavirus genaamd Ears-CoV-2. Hierdie virus en siekte het vir die eerste keer aan die mensdom bekend geword nadat dit in Desember verlede jaar in die stad Wuhan, in China, uitgebreek het. Daar is dus ook nog nie 'n entstof beskikbaar nie.

---

## *Wat maak hierdie koronavirus so anders as siektes wat ons ken?*

Prof. Salim Abdool Karim, epidemioloog en voorsitter van Suid-Afrika se ministeriële advieskomitee oor Covid-19, het voorheen in 'n News24-webinaar gesê betreklik min inligting is oor Ears-CoV-2 beskikbaar. Dit is immers eers op 19 Desember verlede jaar ontdek.

Wat hulle wel weet, is dat die Ears-CoV-2-virus 'n nukleïensuurkern, met 'n omhulsel het wat uit vetstowwe (lipiede) en proteïene bestaan, sê prof. Helen Rees, wat aan die voorpunt van entstofontwikkeling in die wêreld staan en ook navorsing om 'n nuwe entstof te ontwikkel in Suid-Afrika lei.

“Daardie omhulsel het pennetjies en die pennetjies is baie belangrik wanneer ons van die ontwikkeling van 'n entstof begin praat.” Tog toon die gewone griep baie ernstiger simptome as Covid-19. Mense speel Covid-19 ook graag af teen siektes soos MIV/vigs, so waarom is wetenskaplikes so bekommerd oor dié virus? “Alles wat

ons sover van Covid-19 geleer het, is heeltemal nuut. Net om jou 'n aanduiding te gee van die tempo waarteen die wetenskap vorder: Ek moes 13 uit 17 skyfies van my voorlegging oor die koronavirus van ses weke gelede nou oordoën,” het dr. Marvin Hsiao, hoofpatoloog en senior dosent in mediese virologie aan die Universiteit van Kaapstad en die Nasionale Gesondheidslaboratorium, voorheen gesê.

---

### *Maar hoe verskil dit dan van virusse wat ons ken, soos die gewone griepvirus (influenza)?*

“Daar is baie ooreenkomste, maar meer verskille tussen dié koronavirus en die griepvirus,” verduidelik Abdool Karim.

“Die griepvirus is 'n natuurlike mensvirus. Daar is omtrent vier stamme van die koronavirus wat in ons bevolking oor die wêreld heen sirkuleer.

“Ons het koronavirusse geken, want hulle het twee ander epidemies – Ears en die Midde-Oosterse respiratoriese sindroom (Mers) – veroorsaak. Deur Ears het ons geweet dit kan die lange aantast (soos in die geval van Covid-19). Die sterftesyfer was hoog.”

Abdool Karim sê hoewel Ears ook soos die nuwe koronavirus in China begin het, kon dit beheer word sodat nie Ears of Mers werklik Suid-Afrika geraak het nie. In albei gevalle kon dit betyds bedwing word.

Volgens die Lancet-wetenskapjoernaal is Ears, met sy meer as 8 000 gevalle en 800 sterftes, bedwing deur pasiënte spoedig in isolasie of in kwarantyn te plaas. Die mens-tot-mens-oordrag is betyds gestaak. Mers, wat in 2016 in die Midde-Ooste uitbreek het, is volgens die WGO van kamele na mense oorgedra. Oordrag tussen mense was egter beperk. Weer eens is daar vinnig genoeg opgetree om die oordrag te verminder. Kamele is in hierdie geval ingeperk en daar was baie kommunikasieveldtogte om mense van die gevare van Mers bewus te maak.

“Maar toe kom ’n nuwe virus. Dié virus is naby aan Ears, amper ’n suster van Ears. Om die waarheid te sê, dis so naby aan Ears dat dit Ears genoem word – ‘Ears-CoV die tweede’.

“Omdat griep jaarliks net ’n klein verandering in sy genetiese materiaal toon, kom daar ’n nuwe stam uit, maar daardie nuwe stam is dikwels naby verwant aan ’n stam uit die verlede. So, ’n 60-jarige wat die afgelope 60 jaar jaarliks griep kry, ontwikkel ’n natuurlike immuniteit teen sekere stamme van die griepvirus.”

Daar is natuurlik ook ’n entstof teen griep beskikbaar. Die nuwe koronavirus versprei baie vinniger as griep, benewens die feit dat daar nog nie ’n entstof is nie, sê hy. Elke persoon met griep steek net een ander mens aan, so die verspreiding in ’n gemeenskap is geleidelik. ’n Persoon met Covid-19 kan egter twee tot drie ander mense aansteek.

“As jy dus 10 000 siekes het, gaan jy binne enkele dae 30 000 hê. En 30 000 word 90 000 en 90 000 word 270 000,” sê Abdool Karim.

Tog sê wetenskaplikes herhaaldelik dat die meeste mense wat Covid-19 opdoen, nie ernstig siek word nie. Abdool Karim beaam dit, maar sê dít is nie die probleem nie. Die Chinese sentrums vir siektebeheer-en-voorkoming (CDC) het volgens hom bevind dat 81 uit 100 mense ’n ligte vorm van Covid-19 opdoen.

“Dis egter die ander 19 oor wie ons bekommerd moet wees. Hulle kort mediese behandeling. Van die 19 moet vyf wesentliche mediese behandeling, soos deur middel van ’n ventilator, ontvang.” Ventilators kom net in hoërsorgeenhede voor en is dus beperk.

---

## *Waar kom die jongste koronavirus vandaan?*

*The Telegraph* het voorheen berig die bron van die uitbreking is vermoedelik ’n wildmark in Wuhan wat onder meer seekos verkoop het. Die stad se gesondheidskommissie sê die infeksie het tussen 12 en 29 Desember uitbreek en talle werknemers van die mark het dit opgedoen. Wetenskaplikes het intussen bevind dat Ears-

CoV-2 die meeste ooreenstem met virusse wat in vlermuise of ietermagô's gevind is.

---

## *Wat van gerugte dat die virus doelbewus geskep is om verwoesting te saai?*

Die gerugte word voor die voet ontken sedert die siekte bekend geword het.

In 'n studie wat so onlangs soos Dinsdag 17 Maart deur die Amerikaanse navorsingsinstituut Scripps Research gepubliseer is, het wetenskaplikes die genomdata ontleed en gevind die virusstam het 'n natuurlike oorsprong en het op 'n natuurlike manier ontwikkel.

Volgens die studie is dié virus se “ruggraat” uniek. Boosdoeners wat 'n patogeen spesiaal wil ontwikkel om mense siek te maak, sal die “ruggraat” van 'n bestaande en bekende virus as basis gebruik.

---

## *Wat is die simptome van Covid-19?*

Die algemeenste simptome van Covid-19 is **koors, moegheid en 'n droë hoes**. Pasiënte kan ook **pyn, 'n toe- of loopneus, 'n seer keel of diarree** hê. Hierdie simptome is gewoonlik lig en begin geleidelik.

Sommige mense tel die virus op, maar toon geen simptome nie en voel ook nie sleg nie. Die meeste mense (80%) herstel van die siekte sonder enige spesiale behandeling.

**Sowat een uit elke ses mense wat Covid-19 opdoen, word ernstig siek daarvan en kan asemhalingsprobleme ervaar.**

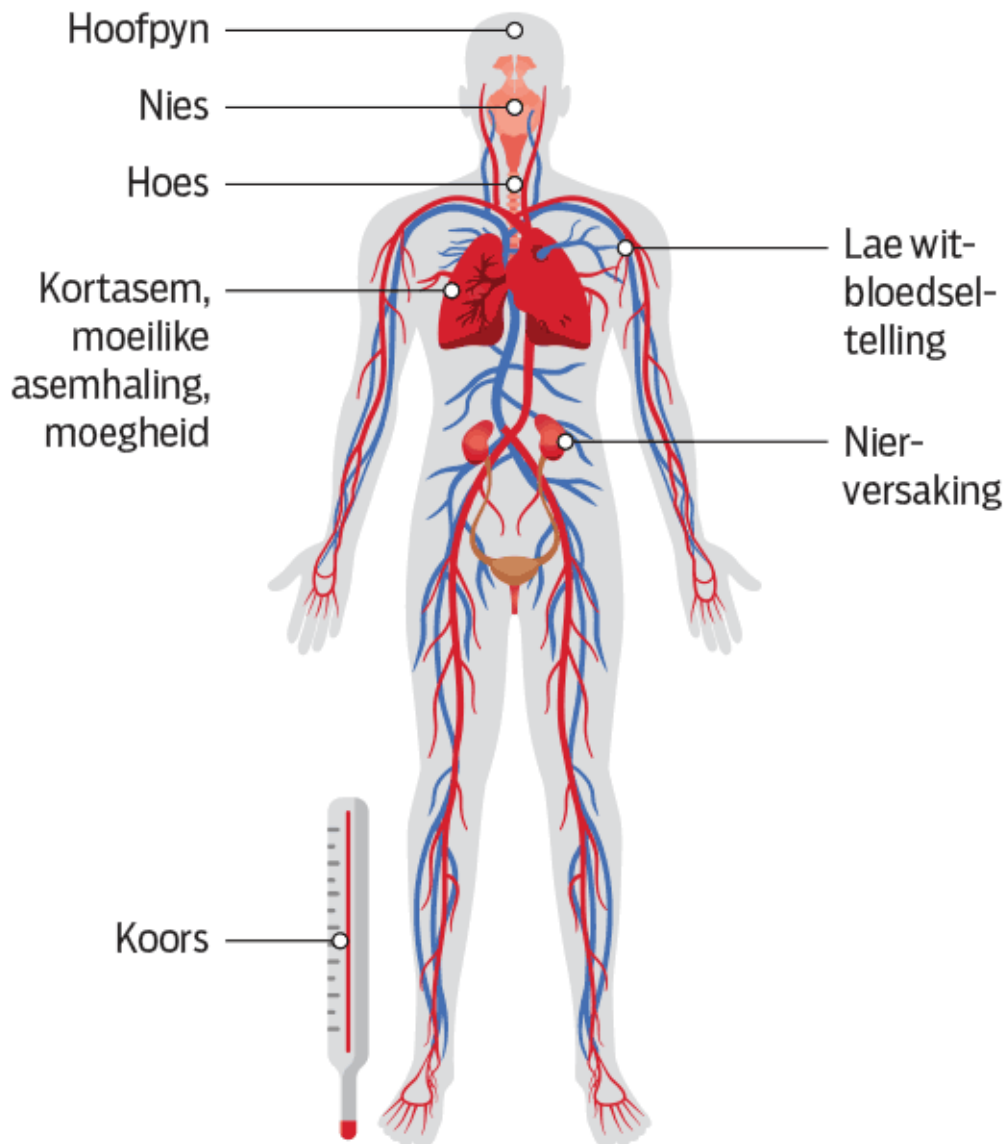
Sowat een uit elke ses mense wat Covid-19 opdoen, word ernstig siek daarvan en kan asemhalingsprobleme ervaar. Ouer mense en diegene met onderliggende mediese probleme soos hoë bloeddruk,

hartprobleme of suikersiekte is meer geneig om ernstig siek te word.

Mense wat **koors** het, **hoes en sukkel om asem te haal** moet mediese hulp soek.

## COVID-19 SIMPTOME

**Simptome begin met koors, waarna 'n droë hoes ontwikkel. Ná 'n week raak slagoffers kortasem en moet in die hospitaal opgeneem word.**



## Hoe versprei dit?

Hoewel die siekte aanvanklik van dier tot mens oorgedra is, het dit baie goue deur middel van besmette druppeltjies van liggaamsvloeistof tussen mense begin versprei, waneer geïnfekteerde mense nies of hoes.

Die druppeltjies land dan op voorwerpe en oppervlakke rondom die persoon. Ander mense raak daaraan en dan aan hul oë, neus of mond.

Die druppeltjies kan ook ingesem word terwyl dit nog deur die lug trek kort na die persoon genies of gehoos het. Dis daarom belangrik om verder as 1,5 m van mekaar af te bly.

Die virus is al in stoelgang gekweek, wat beteken dit kan daarin voorkom, maar daar is nog nie juis bewys dat dit deur stoelgang versprei word nie. Navorsing in dié verband duur voort.

Dr. Kerrin Begg, spesialis in openbare gesondheid verbonde aan die Universiteit Stellenbosch verduidelik dit aan die hand van hoe blinkertjies versprei.

“Stel jou voor die virus is goue blinkertjies. Jy raak aan goue blinkertjies en dit sit vas aan jou hande. Oral waar jy vat, of dit aan jou gesig of oppervlakke is – daar sit die blinkertjies. Iemand anders kom verby en vat waar jy gevat het. Nou is daar blinkertjies op daardie persoon se vingers. Daardie persoon raak weer aan iets of iemand anders . . .”

Dit geld selfs as jy handskoene en ’n masker dra. “As jy met ’n handskoene aan goue blinkertjies vat, sit dit steeds aan die handskoene vas . . .”

**KYK OOK:** [Oulike handewas-eksperiment vir jou kind](#)

---



## *Kan jy aansteek by iemand wat geen simptome toon nie?*

Hierdie kwessie is een van die dinge wat wetenskaplikes nog laat kopkrap.

Die WGO hou vol dat die risiko vir sodanige verspreiding “baie laag” is.

Tog het ’n studie, wat op 24 Januarie in die *Lancet*-vaktydskrif gepubliseer is, bevind dat sommige geïnfekteerde mense die virus kan versprei sonder dat hulle siek voel. Luidens dié artikel is dit “van kritieke belang” dat pasiënte geïsoleer word.

Mense wat met geïnfekteerdes in kontak gekom het, moet so gou moontlik in kwarantyn geplaas word, “want infektering sonder simptome blyk moontlik te wees (soos deur een van ons pasiënte bewys is)”.

In ’n gevallestudie wat op 30 Januarie in *The New England Journal of Medicine* gepubliseer is, is daar ook sprake daarvan dat iemand wat nie simptome het nie, dit wel kan oordra.

’n [Meer onlangse studie](#) wat op Maandag 16 Maart in die vaktydskrif *Emerging Infectious Diseases* gepubliseer is, toon dat 10% van pasiënte by ’n geïnfekteerde persoon aansteek wat nog nie simptome toon nie. Die studie maak die gevolgtrekking dat simptoomblose oordrag die inperking van die virus erg bemoeilik.

**LEES OOK:** [KORONA: Watter lesse kan ons leer uit die Groot Griep van 1918?](#)

---

## *Hoe lank is die inkubasietydperk vir Covid-19?*

Die sogenaamde inkubasietydperk is die tyd tussen die punt waar die virus opgeneem word en die punt waar simptome van die siekte begin kop uitsteek. Wetenskaplikes is dit eens dat die inkubasietydperk een tot 14 dae is, met die meeste simptome wat ná vyf dae eers na vore kom.

---

## *Kan antibiotika Covid-19 voorkom of behandel?*

Nee. Antibiotika werk nie virusse teen nie, hulle werk net bakteriële infeksies teen.

## *Is daar 'n entstof, medisyne of behandeling vir Covid-19?*

Daar is nog nie 'n entstof nie, maar die simptome van die virussiekte kan behandel word. Wetenskaplikes werk baie hard daaraan om 'n entstof te probeer ontwikkel en medisyne deur kliniese proeflopie te toets. Intussen moet mense wat ernstig siek is, gehospitaliseer word. Die meeste pasiënte herstel met behandeling.

## *Waarom moet ons ingeperk word?*

Die inperking was nodig om die kurwe (van nuwe gevalle) af te plat. Die regering moes tyd wen om die gesondheidsektor gereed te maak vir 'n moontlike uitbreking.

---

## *Hoe groot is die kans op 'n uitbreking in die toekoms?*

Namate die regering die inperkingsmaatreëls verslap, sal koronavirus-infeksies waarskynlik eers geleidelik toeneem en dan eksponensieel styg, het prof. Salim Abdool Karim, epidemioloog en voorsitter van die ministeriële advieskomitee oor Covid-19, in 'n webinar gesê.

“Ons gaan nog baie uitbrekings sien – in skole, in werkplekke, in winkelsentrums. Dit gaan gebeur ... Ons gaan 'n stadige, geleidelike styging (in gevalle) sien. En dan die inflasie – 'n skielike styging in gevalle. Daar sal dan weer opgetree word om die kurwe af te plat,” sê Abdool Karim.

Hy vermoed só 'n skerp styging in infeksies kan reeds in Julie voorkom, maar noem modelle van die land se wiskundiges wys dat

die uitbreking eers in Augustus of September tot die spits gedryf kan word.

---

## *Wanneer gaan dinge weer normaal wees?*

Prof. Salim Abdool Karim, epidemioloog en voorsitter van die ministeriële advieskomitee oor Covid-19, het in 'n webinaar gesê daar moet eers 'n entstof wees voordat dinge sal normaliseer. Dit is ten beste aan die einde van die jaar, maar kan dalk eers volgende jaar wees, sê hy.

Vir eers is daar 'n nuwe normaal: “Die nuwe normaal beteken die eerste ding wat jy doen voor jy jou werkplek se voordeur oopmaak, is om jou hande te ontsmet voordat jy aan die deurhandvatsel raak sodat jy nie virus uit die taxi of motor oordra nie.”

Dié gesondheidspraktyke moet ook na werkplekke oorspoel, sê hy.

---


## *Hoe werk die vlakke van inperking?*

Die regering gaan die inperking in stadiums of fases verslap. In elke vlak sal daar meer sakeondernemings bedryf kan word. As jou bedryf of sektor nog nie heropen het nie, mag jy nie ingaan kantoor toe en aangaan soos normaal nie. Almal word steeds tot hul huise beperk, tensy die sektor mag begin sake doen. Selfs dié bewegings is onderhewig aan streng maatreëls soos deur elke vlak van inperking bepaal.

Hoërisikogevalle, soos mense bo die ouderdom van 60 of mense met voorafbestaande toestande soos diabetes, MIV of harttoestande word aangemoedig om so ver moontlik steeds van die huis af te werk.



## Summary of alert levels

<b>ALERT LEVEL 5</b>	<b>ALERT LEVEL 4</b>	<b>ALERT LEVEL 3</b>	<b>ALERT LEVEL 2</b>	<b>ALERT LEVEL 1</b>
 <b>OBJECTIVE</b>				
Drastic measures to contain the spread of the virus and save lives.	Extreme precautions to limit community transmission and outbreaks, while allowing some activity to resume.	Restrictions on many activities, including at workplaces and socially, to address a high risk of transmission.	Physical distancing and restrictions on leisure and social activities to prevent a resurgence of the virus.	Most normal activity can resume, with precautions and health guidelines followed at all times.  Population prepared for an increase in alert levels if necessary.

WHATSAPP SUPPORT  
**0600 123 456**  
 EMERGENCY NUMBER  
**0800 029 999**  
[sacoronavirus.co.za](http://sacoronavirus.co.za)



REPUBLIC OF SOUTH AFRICA



### *Hoe weet ons hoe lank elke vlak is?*

Die regering weet nog nie. As die kurwe van nuwe gevalle weer styg, kan inperking weer strenger word. Alles hang af van hoe die virus optree. Daar is geen bestaande data om presies te weet wat vir ons voorlê en wanneer ons na 'n volgende vlak sal verslap nie.

### *Kan ons weer terugbeweeg na strenger vlakke?*

Ja, alles hang af van hoe die virus optree namate inperkingsmaatreëls verslap word. Daar is geen bestaande data om presies te weet wat vir ons voorlê nie.

---

## *Kan my hond of kat my Covid-19 gee?*

Daar is soms verwarring hieroor omdat die virus sy oorsprong in diere het. Hoewel daar 'n geval in Hongkong is waar 'n hond aangesteek het, is daar nie genoeg bewyse dat 'n hond, kat of enige troeteldier Covid-19 kan oordra nie. Die siekte versprei hoofsaaklik deur druppeltjies liggaamsvloeistof in die lug wanneer 'n persoon hoest, nies of praat. Die kwessie word egter steeds ondersoek.