



**Regionálny úrad verejného zdravotníctva
so sídlom v Trnave
Limbová 6, P.O.BOX 1, PSČ 917 09**

**Všetkým obciam v okresoch
Trnava, Piešťany a
Hlohovec**

Vaše číslo/zo dňa **Naše číslo** **Vybavuje** **Trnava**
RÚVZ/2020/01676/1 MUDr. Kollárová 4.3.2020

Vec: Preventívne opatrenia v súvislosti s ochorením COVID-19

V súvislosti s epidemiologickou situáciou vo výskyte koronavírusového ochorenia COVID-19, kedy je riziko infekcie COVID 19 vysoké aj v krajinách EÚ dovoľujeme si Vám zaslať informačné letáky ohľadom preventívnych opatrení na zníženie rizika nákazy pred infekciou koronavírusu. Informačné letáky sú určené pre verejnosť a zároveň je ich potrebné zaslať všetkým školským zariadeniam v rámci Vašej pôsobnosti.

Vzhľadom na to, že ochorenie sa šíri kvapôčkovou cestou pri kašľaní, kýchaní alebo predmetmi, ktoré sú bezprostredne kontaminované sekrétmi infikovanej osoby je potrebné v prevencii koronavírusového ochorenia dodržiavať rovnaké preventívne opatrenia ako pri chrípke:

- Vyhýbať sa úzkemu kontaktu s ľuďmi s akútnym ochorením dýchacích ciest.
- Často si umývať ruky mydlom a vodou najmenej po dobu 20 sekúnd alebo použiť dezinfekčný prípravok na ruky na báze alkoholu, hlavne pri priamom kontakte s chorým alebo jeho okolím
- Očí, nosa i úst sa nedotýkať neumytými rukami.
- Dodržiavať tzv. respiračnú etiketu – pri kašľaní a kýchaní si zakryť nos jednorazovou papierovou vreckovkou a následne ju zahodiť do koša, dodržať vzdialenosť od ľudí, aby neochoreli.
- Po návrate z krajín, kde je zaznamenané šírenie koronavírusu kontrolovať svoj zdravotný stav počas inkubačného času -14 dní, obmedziť návštevy priestorov s vyšším počtom ľudí.
- Ak sa počas 14 dní objavia príznaky ako kašeľ, horúčka, sťažené dýchanie, bolesť hrdla, hlavy, kĺbov telefonicky kontaktovať svojho lekára alebo lekársku pohotovostnú službu a informovať ich o svojom pobyte v rizikovej oblasti.

S pozdravom

Mgr. Tomáš Hauko
regionálny hygienik

Príloha: podľa textu

ČO ROBIŤ, AK CESTUJETE Z OBLASTÍ NÁKAZY NOVÝM KORONAVÍRUSOM A OBJAVÍ SA U VÁS TEPLOTA, KAŠEĽ ALEBO DÝCHAVIČNOSŤ?



Ak sa u Vás v priebehu letu vyskytnú príznaky respiračného ochorenia, okamžite to oznámte palubnému personálu.



V prípade, ak už ste na letisku, neopúšťajte priestor letiska a vyhľadajte stálu lekársku službu na letisku.



Ak už ste doma, nikam nechodte. Vyhnite sa kontaktu s ostatnými ľuďmi.



Telefonicky kontaktujte svojho lekára alebo lekársku pohotovostnú službu. Informujte ich o svojom pobyte v rizikovej oblasti.



Často si umývajte ruky mydlom a vodou. Ak nie sú dostupné, používajte dezinfekčné prostriedky na báze alkoholu.



Pri kašli si zakrývajte ústa a nos vreckovkou alebo použite rukáv, nie ruky!



Ako znížiť riziko infekcie koronavírusom?



Umývajte si ruky mydlom a vodou alebo prostriedkom na báze alkoholu

Zakrývajte si nos a ústa, keď kašlete a kýchate vreckovkou, alebo ohnutým lakťom



Vyhýbajte sa blízkeho kontaktu s ľuďmi, ktorí majú príznaky nádchy alebo chrípky

Mäso a vajčka dôkladne prevarte



Zabráňte nechránenému kontaktu s divými alebo hospodárskymi zvieratami



ÚRAD
VEREJNEHO
ZDRAVOŇTVA
SLOVENSKEJ
REPUBLIKY



World Health
Organization

ODPORÚČANIA PRE ĽUDÍ PRICHÁDZAJÚCICH Z OBLASTÍ VÝSKYTU OCHORENIA COVID-19



ÚRAD
VEREJNÉHO
ZDRAVOTNÍCTVA
SLOVENSKEJ
REPUBLIKY

Čo je COVID-19

Koronavírus spôsobujúci ochorenie COVID-19 bol identifikovaný v Číne na konci roka 2019, predstavuje nový kmeň vírusu, ktorý u ľudí nebol doposiaľ známy. Ochorenie patrí medzi kvapôčkovú infekciu. Odhadovaný inkubačný čas ochorenia je 2 až 14 dní.

Príznaky ochorenia

- horúčka
- kašeľ
- sťažené dýchanie
- bolesť svalov
- bolesť hlavy
- únava

Ak ste sa vrátili zo zasiahnutých oblastí

- kontrolujte svoj zdravotný stav počas inkubačného času – 14 dní po návrate
- dbajte na **dôkladnú hygienu rúk, zvýšenú dezinfekciu povrchov v domácnosti, kašlite a kýchajte do papierových vreckoviek**, ktoré potom zahodíte do koša. Ak sa dá, **obmedzte návštevy priestorov s vyšším počtom ľudí**
- ak sa u vás **počas 14 dní objavia príznaky ako kašeľ, horúčka, sťažené dýchanie, bolesť hrdla, hlavy, kĺbov, telefonicky kontaktuje svojho lekára alebo lekársku pohotovostnú službu a informujte ich o svojom pobyte v rizikovej oblasti**



- v prípade, že lekár vysloví podozrenie z nákazy, pošle vás na infekto-
logické pracovisko, ktoré určí ďalší postup liečby
- ak ste bez príznakov, a napriek tomu máte podozrenie na náka-
zu novým koronavírusom, môžete z vlastného rozhodnutia pod-
stúpiť domácu izoláciu po dobu 14 dní

Call centrum

Otázky súvisiace s ochorením COVID-19 vám zodpovieme na telefo-
nických linkách s nepretržitou prevádzkou (24/7):

- Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky
– 0917 222 682
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Banskej
Bystrici – 0918 659 580
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Bratislave
– 0917 426 075
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Nitre
– 0948 495 915
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Trnave
– 0905 903 053
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Trenčíne
– 0911 763 203
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Košiciach
– 0918 389 841
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Prešove
– 0911 908 823
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Žiline
– 0905 342 812

email: novykoronavirus@uvzsr.sk



ÚRAD
VEREJNÉHO
ZDRAVOTNÍCTVA
SLOVENSKEJ
REPUBLIKY