

Souhrn informací a doporučení, jak se před koronavirem chránit

Co je koronavirus?

Koronavirus neboli vir s názvem 2019-nCoV je souhrnné označení pro čtyři rody virů, které způsobují onemocnění s různým stupněm závažnosti u lidí i zvířat. Může způsobit běžné obtíže jako je nachlazení, kašel, dýchací obtíže, horečky, ale také může mít závažný průběh respiračního onemocnění jako těžký akutní respirační syndrom.

Jak se koronavirus přenáší?

Koronavirus se přenáší z člověka na člověka po úzkém kontaktu, který trvá delší dobu. Jedná se o tzv. kapénkovou infekci, která je přenášena vzdušnou cestou. Zasahuje nejčastěji sliznice horních a dolních dýchacích cest.

Jaké jsou příznaky a symptomy?

Mezi nejčastější klinické příznaky patří horečka, kašel, dušnost, bolesti svalů a únava, mezi méně časté se řadí průjem a zvracení, u závažných případů zánět plic. U starších lidí a osob s chronickým onemocněním je pozorován závažnější až smrtelný průběh onemocnění.

Jaká je inkubační doba?

Aktuálně udávaná inkubační doba nového koronaviru se odhaduje na 5–6 dnů, s maximem až 14 dnů. Tato informace se může měnit.

Jaká je prevence?

Obecně platná pro nákazy přenášené kapénkami či kontaktem:

- ✓ vyhnout se úzkému kontaktu s lidmi s akutním respiračním onemocněním,
- ✓ často si mýt ruce, zejména při přímém kontaktu s nemocnými nebo v jejich okolí,
- ✓ dodržovat zásady bezpečné manipulace a kontaktu s divokými, hospodářskými i domácími zvířaty,
- ✓ lidé s akutním respiračním onemocněním by měli dodržovat „etiketu kašle“ – dostatečná vzdálenost od jiných osob, krýt ústa a nos kapesníkem (kašlat a kýchat případně do rukávu), mýt si často ruce vodou a mýdlem; pokud nejsou dostupné, lze použít dezinfekční gely na bázi alkoholu.

Zdroj: Státní zdravotní ústav, Ministerstvo zdravotnictví, Krajská hygienická stanice Zlín

Jak snížit riziko nakažení **koronavirem**:



Umývejte si ruce mýdlem a nebo použijte antibakteriální gel s obsahem alkoholu

Při kašli a kýchání si zakrývejte nos a ústa kapesníkem nebo celou paží



Vyvarujte se úzkému kontaktu s osobami, které mají příznaky nachlazení nebo chřipky

Dbejte na dostatečnou tepelnou úpravu masa a vajec



Při kontaktu s volně žijícími či hospodářskými zvířaty používejte ochranné pomůcky



World Health
Organization

#nCoV2019



Nový koronavirus

Koronaviry jsou viry, které cirkulují mezi zvířaty, ale o některých je také známo, že mohou vyvolat onemocnění i u lidí.

Nový koronavirus z roku 2019 byl identifikován v Číně na konci roku 2019 a jedná se o nový kmen, který dosud nebyl u lidí pozorován.

Prevence

Při návštěvě Číny

Vyhňte se kontaktu s nemocnými lidmi



Vyhňte se návštěvě trhů a míst, kde se manipuluje se zvířaty



Vyhňte se kontaktu se zvířaty, jejich výkaly nebo trusem



Myjte si ruce mýdlem a vodou



Dodržujte obecná pravidla pro zacházení s potravinami



Kdykoli cestujete, dodržujte obecná hygienická pravidla

Symptomy

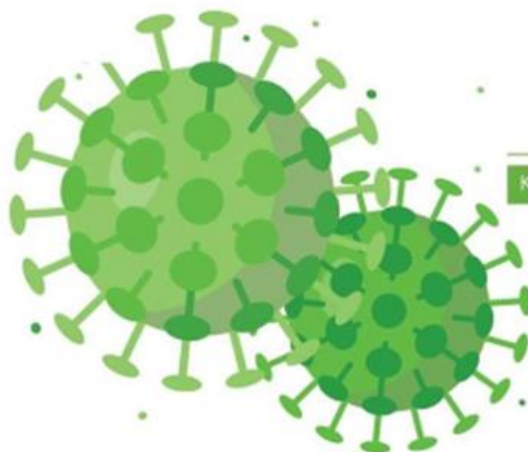
 HOREČKA

 KAŠEL

 OBTÍŽNÉ DÝCHÁNÍ

 BOLEST SVALŮ

 ÚNAVA



Přenos

PROSTŘEDNICTVÍM KAPĚNKOVÉ INFEKCE

2-14 dnů
odhadovaná inkubační doba





Doporučení pro cestovatele: epidemie vyvolaná novým typem koronaviru 2019-nCoV



Co je nový koronavirus?

V Číně v současné době probíhá epidemie vyvolaná novým typem koronaviru 2019-nCoV. Nejčastějšími příznaky onemocnění jsou kašel, horečka a dušnost. V některých případech má onemocnění závažnější průběh, může dojít i k úmrtí.

Jak se virus přenáší?

První hlášené případy se vyskytly u osob, které navštívily trh ve městě Wu-chan v Číně. K přenosu onemocnění v současnosti dochází hlavně prostřednictvím úzkého kontaktu s osobou, která má příznaky onemocnění koronavirem (nejčastěji kašel).

Cestovatelé z oblasti Wuchan/jiné postižené oblasti

Pokud jste se nedávno vrátili z rizikové oblasti a do 14 dnů od návratu se u vás objevila horečka nad 38 °C, kašel nebo potíže s dýcháním, řiďte se těmito pokyny:

1. Zůstaňte doma a nikam nechoďte. Vyhněte se kontaktu s ostatními lidmi.

2. Telefonicky kontaktujte svého ošetřujícího lékaře, případně zdravotnickou záchrannou službu nebo nejbližší zdravotnické zařízení a informujte je o svém zdravotní stavu a o pobytu v rizikové oblasti.

3. Pokud jste byli vyzváni k vyšetření ve zdravotnickém zařízení postupujte podle pokynů zdravotníka. Nejezděte hromadnou dopravou.

Cestovatelé do oblasti Wuchan/jiné postižené oblasti

Vyhněte se kontaktu s nemocnými lidmi, zejména pokud kašlou.

Vyhněte se návštěvě trhů a míst, kde se manipuluje s živými nebo mrtvými zvířaty.

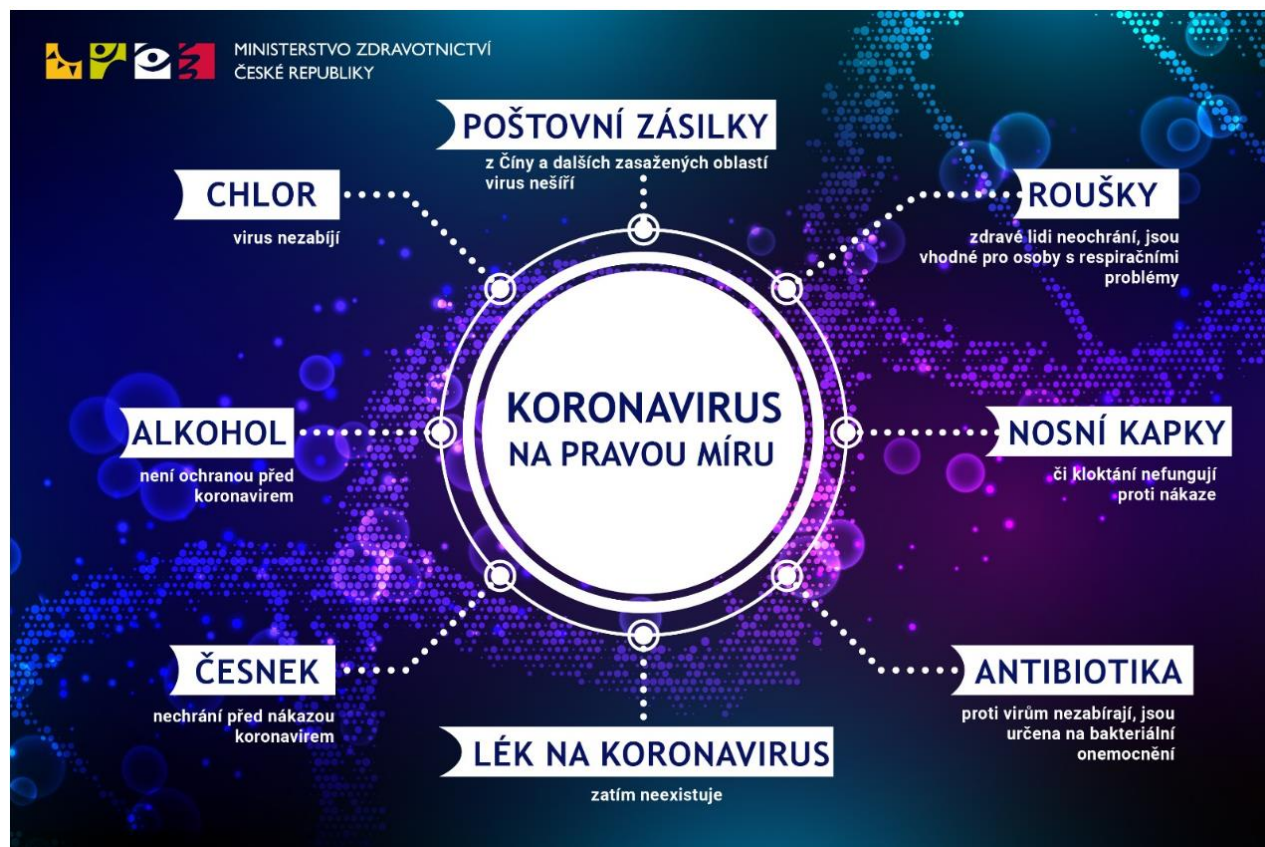
Často si myjte ruce mýdlem a vodou, zejména před jídlem, po použití toalety a po každém kontaktu se zvířaty, NEBO použijte dezinfekční roztok na bázi alkoholu.

Vyhněte se kontaktu se zvířaty, jejich výkaly nebo trusem.



www.szu.cz/tema/prevence/2019ncov
www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china

Fámy a mýty o koronaviru



Jak správně používat roušku

KDY POUŽÍVAT ÚSTNÍ ROUŠKU

Pokud jste zdraví, používejte ústní roušku **pouze pokud se staráte o nemocnou osobu s podezřením na 2019-nCoV**

Ústní roušku noste, **pokud kašlete nebo kýcháte**

Používání ústních roušek je efektivní pouze **v kombinaci s častým mytím rukou mýdlem a vodou nebo desinfekčními prostředky na bázi alkoholu**

Pokud nosíte ústní roušku, **musíte vědět, jak ji používat a správně ji zlikvidovat**



World Health
Organization

Překlad: Státní zdravotní ústav



JAK NASADIT, POUŽÍVAT, SUNDAT A ZLIKVIDOVAT ÚSTNÍ ROUŠKU

**Jakmile je ústní rouška
vlhká, vyměňte ji za
novou, roušky určené na
jedno použití znovu
nepoužívejte**



Překlad: Státní zdravotní ústav

JAK NASADIT, POUŽÍVAT, SUNDAT A ZLIKVIDOVAT ÚSTNÍ ROUŠKU

Ústní roušku **sundávejte ze zadu** (nedotýkejte se přední části roušky); **roušku ihned vyhod'te do uzavřeného koše**; **očistěte si ruce desinfekcí na bázi alkoholu nebo mýdlem a vodou**



Překlad: Státní zdravotní ústav