

Informácie Útvary prevádzky a krízového riadenia STU ku COVID-19

Základom je informovanosť a dodržiavanie hygieny.

Prítomnosť koronavírusu na Slovensku je potvrdená, zdravá opatrnosť a rešpekt je preto na mieste. Neúčinkujú naň antibiotiká a overená očkovacia látka zatiaľ neexistuje. Základom je tak dobrá informovanosť, dodržiavanie základných hygienických pravidiel a nepodliehanie panike.

Nie každé ochorenie s kašľom, horúčkou, sťaženým dýchaním, bolesťou svalov a kĺbov totiž musí byť COVID 19. Hoci sa je možné nakaziť aj od osôb, u ktorých zatiaľ koronavírus nebol potvrdený, ak ste neboli v zasiahnutých krajinách, ani ste neboli v kontakte s osobami, ktoré uvedené krajiny navštívili, ide s veľkou pravdepodobnosťou o iné akútne respiračné ochorenie alebo chrípku.

Informácie čerpajte iba z overených zdrojov, nie z nedôveryhodných internetových obežníkov.

Vedecí pracovníci Virologického ústavu Biomedicínskeho centra SAV v reakcii na epidemiologickú situáciu súvisiacu s novým koronavírusom SARS-CoV-2, **vydali 28. februára 2020 stanovisko**, z ktorého vyberám :

Prejavy

COVID-19 má širokú škálu prejavov ochorení dýchacích ciest:

- od miernych (kašeľ, zvýšená teplota)
- cez závažné (vysoká horúčka, dusivý kašeľ, hnačka, bolesti svalov)
- až po ťažký zápal pľúc a zlyhanie obličiek, ktoré sa môžu končiť smrťou

Vo väčšine prípadov je priebeh ochorenia len mierny.

Ťažkým priebehom ochorenia sú najviac ohrození starší ľudia (65+), ľudia s pridruženými chronickými chorobami a s oslabenou imunitou.

Odporúčania

Dôsledne dodržiavať osobnú hygienu:

- pravidelne si umývať ruky mydlom alebo dezinfekčným gélom. (zabezpečenie praktických hygienických stojanov resp. dávkovačov dezinfekcie, a ich rozmiestnenie na chodbe, pri výťahoch, pri vchodoch a pod.)
- zakrývať si ústa a nos pri kašľaní a kýchaní
- nekýčať do dlaní, ale do lakťového ohybu alebo do papierovej vreckovky
- vreckovku ihneď vyhodiť do uzavretej odpadovej nádoby a pod.

Dôsledne dbať na čistotu bezprostredného prostredia (čistenie dotýkových povrchov – kľučky, mobily, stôl a pod.) a obmedziť nosenie náramkov a iných predmetov na rukách.

Vyhýbať sa blízkeho kontaktu s ľuďmi, ktorí javia príznaky prechladnutia alebo ochorenia dýchacieho traktu.

Dodržiavať osobný odstup (najmenej 1 meter), zbytočne nepodávať ruky.

Nevyhľadávať miesta s vysokou hustotou ľudí, ak to nie je nevyhnutné.

Ostať doma v prípade príznakov prechladnutia, bolesti hrdla, zvýšenej teploty a kašľa a neprijímať návštevy.

Zamedziť zdieľané používanie uterákov, riadov a iných osobných predmetov s členmi rodiny.

Ak sa príznaky zhoršia, zavolať svojmu lekárovi alebo kontaktovať Úrad verejného zdravotníctva SR a neohlásene nenavštevovať ambulanciu alebo pohotovostnú službu.

Mať doma základné lieky na zníženie horúčky.

Necestovať, ak to nie je nevyhnutné. Týka sa to najmä rizikových krajín, ktorými aktuálne sú: Taliansko, Čína, Japonsko, Južná Kórea, Singapur, Thajsko, Kambodža, Irán. Čoskoro však môžu pribudnúť: Nemecko, Španielsko, Francúzsko, Spojené kráľovstvo a Švajčiarsko.