

CO JE NOVÝ KORONAVIRUS?

Koronaviry patří do velké skupiny virů, které vyvolávají onemocnění u lidí; od běžného nachlazení až po těžší průběh onemocnění. COVID-19 je infekční onemocnění způsobené novým koronavirem (SARS-CoV-2).

Jak se virus šíří?

Lidé se mohou nakazit COVID-19 vdechováním infekčních kapének, obsahujících virus od infikovaných lidí, kteří kašlou nebo kýchají. Přenos je možný také kontaktem s kontaminovanými povrchy a následným dotekem nosu, úst nebo očí.

Jaké jsou symptomy onemocnění COVID-19?

Většina lidí, kteří se nakazí, má mírný průběh onemocnění a uzdraví se. Některé osoby mohou mít závažnější průběh onemocnění. Mezi hlavní příznaky patří:

- Horečka
- Kašel
- Obtížné dýchání
- Bolest svalů
- Únava

ONEMOCNĚNÍ ZPŮSOBENÉ NOVÝM KORONAVIREM (COVID-19)

Co potřebujete vědět?

Co dělat pokud onemocníte?

Pokud jste byli v oblasti postižené nákazou COVID-19 NEBO jste byli ve styku s osobou, která má onemocnění COVID-19 A během 14 dnů se u vás objeví kašel, horečka nebo dušnost:



Zůstaňte doma a nechoďte do práce nebo do školy.



Okamžitě zavolejte na zdravotní linku země, ve které se nacházíte (viz druhá strana); nezapomeňte uvést své příznaky, cestovatelskou historii a kontakty



Nechoďte k lékaři nebo do nemocnice. Mohli by jste nakazit ostatní. Pokud potřebujete navštívit svého lékaře nebo pohotovostní službu, zavolejte předem; vždy sdělte jaké máte příznaky, cestovatelskou historii nebo kontakty.

Oblasti s rizikem nákazy COVID-19 jsou oblasti, kde jsou rozsáhlejší ohniska infekce. Ty se mohou v závislosti na vývoji situace měnit. Aktuální seznam naleznete na oficiálních národních webech, které jsou přístupné také prostřednictvím ECDC.



JAK MŮŽETE CHRÁNIT SEBE A OKOLÍ PŘED NÁKAZOU?



Vyhýbejte se kontaktu s nemocnými lidmi, zejména pokud kašlou nebo kýchají.



Při kašli si zakrývejte ústa a nos kapesníkem nebo použijte rukáv, NE ruce. Použitý kapesník ihned vyhodte do uzavřeného koše a umyjte si ruce mýdlem a vodou.



Nedotýkejte se nemytými rukama obličeje, zejména očí, nosu a úst.



Pravidelně si umývejte ruce mýdlem a vodou po dobu alespoň 20 sekund, NEBO použijte desinfekci na bázi alkoholu; po kašlání/ smrkání, před jídlem a manipulací s potravinami, po použití toalety, po dotyku s povrchy na veřejných místech.



Vyhýbejte se kontaktu s lidmi: dodržujte vzdálenost alespoň 1 metr mezi vámi a ostatními, zejména u lidí, kteří kašlou nebo kýchají.



Health and
Food Safety

Překlad: Státní zdravotní ústav

TELEFONNÍ LINKY V JEDNOTLIVÝCH ZEMÍCH URČENÉ PRO COVID-19

Belgie	(+32) 800 14689
Bulharsko	(+359) 2 807 87 57
Česko	(+420) 724 810 106; (+420) 725 191 367
Dánsko	(+45) 72 22 74 59
Estonsko	(+372) 634 6630; 1120
Finsko	(+358) 295 535 535
Francie	(+33) 800 130 000
Chorvatsko	(+385) 91 468 30 32; (+385) 99 468 30 01
Irsko	(+353) 1850 24 1850*
Itálie	(+39) 1500
Kypr	(+357) 1420
Litva	(+370) 8 618 79984
Lotyšsko	(+371) 67387661
Lucembursko	(+352) 8002 8080
Maďarsko	(+36) 80 277 455; (+36) 80 277 456
Malta	(+356) 21324086
Německo	(+49) 30 346 465 100
Nizozemsko	(+31) 800-1351
Polsko	(+48) 800 190 590
Portugalsko	(+351) 808 24 24 24
Rakousko	(+43) 800 555 621
Rumunsko	(+40) 800 800 358
Řecko	(+30) 210 521 2054
Slovensko	(+421) 917 222 682
Slovinsko	(+386) 31 646 617; 080 1404*
Španělsko	Regionální čísla: https://bit.ly/2V0t0zs
Švédsko	(+46) 113 13
Norsko	(+47) 815 55 015
Island	(+354) 544 4113, 1700
Lichtenštejnsko	(+423) 230 30 30
Švýcarsko	(+41) 58 463 00 00
UK	(+44) 111*

* čísla lze vytočit pouze z příslušné země

**V případě nouze: volejte na číslo 112
ve všech členských státech EU**

ONEMOCNĚNÍ ZPŮSOBENÉ NOVÝM KORONAVIREM (COVID-19)

Co dělat, když cestujete?

Zůstaňte zdraví i při cestování

Pokud cestujete do oblastí s rizikem nákazy COVID-19:

- dodržujte přísná hygienická opatření (viz přední strana)
- vyhněte se kontaktu s lidmi
- dbejte na místní zdravotní opatření

Necestujte, pokud jste nemocní



Nošení ústních roušek jako ochrana před COVID-19 se nedoporučuje. Pokud jste zdraví, použijte ústní roušku pouze, pokud se staráte o nemocnou osobu s podezřením na COVID-19.

Ochranné roušky by měly být vyhrazeny zdravotnickým pracovníkům a těm, kteří se doma starají o nemocné osoby.

Nesprávné použití roušek může vést k dalšímu šíření onemocnění. Roušky jsou účinné pouze při použití v kombinaci s častým mytím rukou mýdlem a vodou nebo dezinfekčními prostředky na bázi alkoholu.

Pokud onemocníte při cestování



Okamžitě informujte posádku dopravního prostředku, kterým cestujete, a ihned kontaktujte telefonní linku 112.



Pokud je to možné, vyhněte se veřejné dopravě. Jestliže potřebujete cestovat veřejnou dopravou, udržujte pokud možno vzdálenost alespoň 1 metr od ostatních cestujících. Pravidelně si umývejte ruce mýdlem a vodou NEBO používejte dezinfekční prostředky na bázi alkoholu.



Řiďte se pokyny místních zdravotnických orgánů. Vědí nejlépe o místní epidemiologické situaci.



Buďte informovaní. Pravidelně kontrolujte informace od místních zdravotnických orgánů.

Pro více informací:

<http://szu.cz/tema/prevence/2019ncov>

<https://www.mzcr.cz/>

<https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china>