

SARS-COV-2-INFORMAČNÍ LIST ONEMOCNĚNÍ



Vážená pacientko, vážený paciente!

Byl prokázán pozitivní výsledek Vašeho nosního-/hrtanového stěru na COVID-19. Váš příslušný úřad okresní správy (okresní hejtmanství/magistrát) rozhodl, že je nutná domácí izolace. Konkrétní doba izolace bude určena příslušným úřadem okresní správy.

Virus se lehce přenáší a onemocnění COVID-19-Erkrankung může mít také velmi těžký průběh. Je proto důležité, aby jste přesně dodržel/a následující pravidla – chráníte tím sebe i ostatní!

- **Neopouštějte Váš byt nebo Vaši domácnost!**
- Nepřijímejte žádné návštěvy. Kontakty k jiným osobám jsou povoleny pouze v případě, kdy je nutné, aby přišel lékař.
- Pokud bydlíte spolu s jinými osobami, zdržujte se pokud možno co nejvíce v oddělených, dobře větratelných místnostech. V zásadě je v domácnosti dle možnosti nutné dodržovat maximální časovou a prostorovou izolaci nemocného od ostatních členů domácnosti (např. oddělené podávání jídel a oddělené používání WC a koupelny). Nesmíte také připravovat jídlo pro ostatní členy rodiny.
- Požádejte příslušníky rodiny, přátele nebo sousedy, aby Vám pomohli při nezbytných pochůzkách a nákupech (potraviny, léky, produkty tělesné hygieny). Nákupy si nechte postavit jednoduše přede dveře.
- Je nutno zamezit přímému kontaktu ke druhým osobám. Při nezbytně nutných přímých kontaktech použijte FFP2 respirátor a dodržujte vzdálenost při rozhovoru minim. 2 m a **vydezinfikujete si** před tím ruce. Nezbytné sociální kontakty si zapisujte.
- Častá dezinfekce rukou (prostředkem dle doporučení Vaší lékárny) resp. mytí rukou mýdlem po dobu alespoň 20 vteřin. Používejte vlastní ručník nebo jednorázové osušky.
- Dodržujte pravidla chování při kašlání a smrkání (tzn. když kašlete nebo kýčáte, přikryjte si ústa nebo nos papírovým kapesníkem, ten pak hned poté odhodte do zvláštního uzavíratelného koše na odpadky a umyjte si ruce.
- Pokud u Vás bude zjištěno podezření na mutaci, členové Vaší domácnosti musí přísně dodržovat opatření proti infekci a nosit navíc FFP2- respirátor mimo privátní obytný prostor.
- Bude-li třeba udělat další test, budete včas informováni příslušným úřadem okresní správy (okresní hejtmanství/magistrát)

Váš zdravotní stav

- Měřte si dvakrát denně tělesnou teplotu.
- Zapisujte si do deníčku dýchací potíže a teplotu.
- **Kontaktujte Vašeho lékaře/Vaši lékařku telefonicky a** informujte ho/ji pravidelně o svém stavu.
- **Při zhoršení zdravotního stavu kontaktujte ihned telefonicky Vašeho lékaře/Vaši lékařku, zdravotnické poradenství 1450 nebo záchranku 144.** Uvedte přitom, že se nacházíte z důvodu onemocnění COVIDem-19 v domácí izolaci. Nechodte sám do ordinace lékaře nebo do nemocničního zařízení.
- V případě nutného transportu do nemocničního zařízení je nutno vyrozumět příslušný zdravotnický úřad.

Pokyny k úklidu, praní a odstranění odpadu

- Vyčistěte vícekrát denně WC, umyvadlo na ruce, armatury, úchyty, kliky dveří a podobná kontaktní místa běžnými čistícími prostředky, obsahujícími chlór.
- Perte své prádlo v pračce na program 60°C plnohodnotným práškem na praní
- Shromažďujte domovní a hygienické odpady v dostatečně velkých pytlích na odpad, tyto zauzlujte a zabalte do přebalu, který znovu opatřete uzlem. Tento odpad odstraňte do popelnice se směsným odpadem.

Všeobecné informace o COVIDu-19

Jak se virus přenáší?

Virus se přenáší z nemocné osoby na druhou osobu kapénkovou infekcí, např. kašláním, kýchním. Nejvýznamnějším způsobem přenosu je přímý osobní kontakt (déle než 15 minut, vzdálenost menší než 2 metry).

Mnoho lidí má ale jenom lehké příznaky. To platí obzvláště v raném stádiu nemoci. Je proto možné, nakazit se od nemocné osoby, která má například jen slabý kašel a necítí se nemocná.

Jak dlouho trvá inkubační doba a jak dlouho jsem nakažlivý?

Inkubační doba (období mezi nákazou a počátkem symptomů onemocnění) činí až 14 dní, zpravidle trvá 5-6 dní. Schopnost nákazy trvá od 48 hodin po nakažení až do 10 dní po začátku onemocnění, resp. u bezpříznakových případů 48 hodin před až 10 dní po odběru vzorku, který vedl k pozitivnímu výsledku testu. U těžkých nebo déle trvajících příznaků nebo při mutacích může infekční období trvat také déle.

K jakým symptomům dochází při onemocnění?

Infekce u lidí je většinou mírná a podobná nachlazení. Časté příznaky infekce jsou mezi jiným teplota, kašel, dýchavičnost a dýchací obtíže, rýma, náhlá ztráta chuti/čichu. Může dojít i k průjmu a ke zvracení. V těžkých případech onemocnění může způsobit i zápal plic a dokonce smrt.

Jak se nemoc léčí?

Onemocnění má většinou mírný průběh a nemusí se léčit. Při těžkém průběhu dochází k symptomatickému léčení, tzn. léčí se vzniklé obtíže, jako např. horečka příslušnými léky, které srazí teplotu. Od prosince 2020 je možné očkování.

Kde obdržím další informace?

- www.sozialministerium.at nebo www.ages.at
Coronavirus-Hotline pod 0800 555 621 nebo u příslušného úřadu okresní správy.

Kde mohu žádat o pomoc?

- u příslušného úřadu okresní správy
- pomoc v krizi, Krisenhilfe OÖ Tel.: 0732 2177 PO-NE 0-24 hod; www.krisenhilfeooe.at
- rady na drátě, Rat auf Draht: 147
- telefonní poradna, Telefon Seelsorge: 142