

SARS-COV-2-INFORMAČNÍ LIST

Kontaktní osoba s nízkým rizikem – kategorie II



Měl/a jste náhodný kontakt s osobou, která je infikována novodobým koronavirem. Není vyloučeno, že jste se nakazil/a. Pro Vás i pro Vaše okolí je proto z úředního hlediska bezpečnější, závazně **dodržet následující podmínky:**

- Omezte v době, předepsané příslušným úřadem okresní správy (okresní hejtmanství/magistrát) Vaše kontakty k spoluobčanům, zamezte kontakty k starším lidem a osobám se sníženou imunitou a těžce nemocným. Vyhýbejte se veřejným dopravním prostředkům a shromážděním s větším počtem lidí.
- Kontrolujte 2x denně teplotu těla a pozorujte v dalších dnech případné příznaky nemoci (obzvláště teplota, kašel, dýchavičnost a dýchací obtíže, rýma, náhlá ztráta chuti/čichu).
- Zapisujte si Vaše sociální kontakty, Vaši teplotu a příznaky, které se objeví. Ved'te si o tom deníček.
- Pokud bydlíte spolu s jinými osobami, zdržujte se pokud možno co nejvíce v oddělených, dobře větratelných místnostech.
- Při přímém kontaktu chraňte své spoluobčany tím, že používáte FFP2-respirátor. Dodržujte při rozhovoru vzdálenost 2 m.
- Častá dezinfekce rukou (prostředkem dle doporučení Vaší lékárny) resp. mytí rukou mýdlem po dobu alespoň 20 vteřin. Používejte vlastní ručník nebo jednorázové osušky.
- Vyčistěte vícekrát denně WC, umyvadlo na ruce, armatury, úchyty, kliky dveří a podobná kontaktní místa běžnými čistícími prostředky, obsahujícími chlór.
- Dodržujte pravidla správného chování při kašlání a smrkání (tzn. když kašlete nebo kýcháte, přikryjte si ústa nebo nos papírovým kapesníkem, ten pak hned poté odhod'te do zvláštního uzavíratelného koše na odpadky a umyjte si ruce.
- Zavolejte ihned zdravotnickou službu (1450) nebo záchranku (144), pokud se budete cítit nemocni a objeví se příznaky infekce dýchacích cest, (viz výše, nebo potřebujete z jiných důvodů lékařskou pomoc. **Při telefonátu musíte uvést, že jste měl v posledních dnech náhodný kontakt k nemocnému, který měl SARS-CoV-2.** Nechod'te sám do ordinace lékaře nebo do nemocničního zařízení.
- Když se objeví uvedené příznaky nemoci, informujte prosím také příslušné zdravotnické zařízení (v týdnu během otevírací doby, o víkendu hlaste nemoc následující pracovní den).
- Bude-li třeba udělat další test, budete včas informováni příslušným úřadem okresní správy (okresní hejtmanství/magistrát).

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