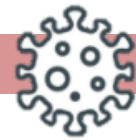







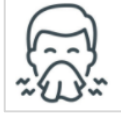








SARS-COV-2- INFORMAČNÍ LIST

Domácí karanténa - samokontrola



Zdržoval jste se v rizikové oblasti. Není vyloučeno, že jste byl v kontaktu s novodobým koronavirem. Pro Vás i pro Vaše okolí je proto z úředního hlediska bezpečnější, zůstat v dobrovolné domácí karanténě, Vámi kontrolované, a **dodržovat následující podmínky:**

<p>Neopouštějte po příjezdu Váš byt, resp. Vaši domácnost po dobu trvání izolace, kterou Vám předepsal příslušný úřad okresní správy (okresní hejtmanství nebo magistrát)!</p>		<p>Při přímém kontaktu chraňte své spoluobčany tím, že používáte FFP2-respirátor. Dodržujte při rozhovoru vzdálenost 2 m.</p>	
<p>Kontakty k jiným osobám jsou dovoleny jen v případě, kdy je nutná lékařská pomoc.</p>		<p>Častá dezinfekce rukou (prostředkem dle doporučení Vaší lékárny) resp. mytí rukou mýdlem po dobu alespoň 20 vteřin. Používejte vlastní ručník nebo jednorázové osušky.</p>	
<p>Kontrolujte 2x denně teplotu těla a pozorujte v dalších 10 dnech případné příznaky nemoci (obzvláště teplota, kašel, dušnost a dýchací obtíže, rýma, náhlá ztráta chuti/čichu).</p>		<p>Dodržujte pravidla správného 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 odpady a umyjte si ruce).</p>	
<p>Kontrolujte 2x denně teplotu těla, zapisujte si příznaky, které se objeví a veďte si o tom deníček (který je přiložen).</p>		<p>Vyčistěte vícekrát denně WC, umyvadlo na ruce, armatury, úchyty, kliky dveří a podobná kontaktní místa běžnými čisticími prostředky.</p>	
<p>Pokud bydlíte spolu s jinými osobami, zdržujte se pokud možno co nejvíce v oddělených, dobře větratelných místnostech.</p> <p>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).</p>		<p>Zavolejte ihned zdravotnickou službu (1450) nebo záchranku (144), pokud se budete cítit nemocný a objeví se příznaky infekce dýchacích cest anebo potřebujete z jiných důvodů lékařskou pomoc. Při telefonátu musíte uvést, že jste byli v rizikové oblasti. Nechoďte sám do ordinace lékaře nebo do nemocničního zařízení.</p>	
<p>Když se objeví uvedené příznaky nemoci, informujte prosím také příslušné zdravotnické zařízení (v týdnu během otevírací doby, o víkendu hlase nemoc následující pracovní den).</p>		<p>Opustit byt nebo domácnost, tj. místo izolace je možné výhradně na dobu provedení PCR-testu nebo antigenního testu na SARS-CoV-2.</p>	



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.
- **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 pytlů, který znovu zavažte. Tento odpad odstraňte do popelnice se směsným odpadem.

Jak se virus přenáší?

Virus se přenáší z nemocné osoby na druhou osobu kapénkovou infekcí, např. **dýcháním, mluvením, zpěvem, kašláním** nebo **kýcháním**. 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 převážně v brzkém 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 dnů**, zpravidle trvá **5-6 dnů**. Schopnost nákazy trvá od **48 hodin po nakažení až do 10 dnů po začátku onemocnění**, resp. u **bezpříznakových případů 48 hodin před až do 10 dnů 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, dušnost 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 sníží teplotu. Od **prosince 2020** je možné očkování.



Kde obdržím další informace?

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



Kde mohu žádat o pomoc?

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