ÚRAD VEREJNÉHO ZDRAVOTNÍCTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY

Trnavská cesta 52
P.O.BOX 45
826 45 Bratislava

Bratislava, 17. 4. 2020

Informácia o ochorení COVID-19

Ochorenie COVID-19 je spôsobené novým typom koronavírusu SARS-CoV-2. Poznáme viac druhov koronavírusu, ktoré spôsobujú ochorenie u ľudí. Tento nový druh koronavírusu nebol doteraz známy u človeka.

Nový koronavírus SARS-CoV-2 patrí medzi respiračné vírusy. Prenáša sa primárne vzdušnou cestou pri kašľaní, kýchaní alebo rozprávaní. Doterajšie poznatky o novom koronavíruse naznačujú, že dokáže určitý čas prežívať aj na rôznych povrchoch, najmä pri vhodných podmienkach, akými je chladnejšie a vlhké podnebie a nízky hygienický štandard.

Štúdie nového typu koronavírusu SARS-CoV-2 naznačujú, že klinické príznaky u človeka sú závažnejšie ako pri iných akútnych respiračných ochoreniach. Miernejšie formy príznakov, ako sú bolesť hrdla, mierny kašeľ alebo zvýšená telesná teplota, sú typické najmä pre mladých ľudí. Vírus SARS-CoV-2 však napáda aj dolné dýchacie cesty a môže spôsobiť zápal pľúc. Pneumónia (zápal pľúc) je nebezpečná najmä pre osoby s oslabeným imunitným systémom, medzi ktoré patria najmä starší ľudia.

Inkubačný čas ochorenia Covid-19, teda čas od infikovania sa vírusom po prvé klinické prejavy ochorenia, je 2 až 14 dní. Väčšina nakazených ľudí začne pociťovať prvé klinické príznaky 5 – 6 dní po infikovaní sa. Za najviac infekčnú sa považuje osoba s prítomnými klinickými príznakmi. Nakazená osoba je však infekčná aj pred nástupom prvých príznakov. Klinické príznaky sa však môžu objaviť aj neskôr. Ochorenie sa na začiatku zvykne prejavovať všeobecnými príznakmi ako sú únava, slabosť, zvýšená teplota, bolesť hrdla alebo kašeľ. Postupne sa však môžu pridružovať závažnejšie príznaky ako je vysoká horúčka, dýchavičnosť a bolesť na hrudníku, čo je prejavom možného napadnutia pľúc.

Najrizikovejší pre prenos ochorenia sú najmä ľudia, ktorí navštívili krajiny s jeho vysokým výskytom a mohli tak byť v kontakte s inými nakazenými osobami. V pracovnom prostredí sociálnych zariadení je preto veľmi dôležité zisťovať cestovateľskú anamnézu najmä zamestnancov, ktorí sú v úzkom kontakte so svojimi klientmi. Vzhľadom k tomu, že u mladých zdravých ľudí sa ochorenie môže prejavovať mierne, informácia o cestovateľskej anamnéze je veľmi dôležitá. Nevyhnutné je tiež pravidelne vykonávať zdravotný filter pred nástupom do zamestnania, ako je najmä informácia o telesnej teplote a iných prejavoch akútneho respiračného ochorenia.

Medzi najdôležitejšie preventívne opatrenia proti šíreniu ochorenia Covid-19 patrí zabránenie zhromažďovaniu väčšieho počtu osôb na jednom mieste alebo stretávanie sa s osobami z vonkajšieho prostredia. Z tohto dôvodu bol vydaný zákaz návštev osôb

v sociálnych zariadeniach a odporúča sa aj v rámci samotného sociálneho zariadenia minimalizovať stretávanie väčšieho počtu klientov v rámci spoločenských, kultúrnych a iných hromadných podujatí. Zamestnancom sociálnych zariadení má byť vydaný zákaz cestovania a účasti na pracovných cestách. V prípade nutnosti cestovania je povinnosťou každej osoby, ktorá sa vrátila zo zahraničia, zostať v povinnej 14-dňovej karanténe. Vzhľadom k tomu, že nový koronavírus môže určitý čas prežívať aj na povrchoch, je dôležité dodržiavať nielen zvýšenú osobnú hygienu ale vykonávať aj dôslednú dezinfekciu povrchov a prostredia v sociálnom zariadení.

V prípade podozrenia z ochorenia Covid-19 je dôležité ihneď kontaktovať príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva, ktorý rozhodne o type a dĺžke trvania protiepidemických opatrení. Najdôležitejšie protiepidemické opatrenia sú lekársky dohľad, zvýšený zdravotný dozor a karanténa. Izolácia chorých alebo podozrivých osôb je dôležitá z toho dôvodu, aby sa zabránilo šíreniu ochorenia vzdušnou cestou na iné osoby. Choré osoby sociálneho zariadenia majú byť okamžite izolované v samostatnej izbe, vyšetrené zdravotníckym pracovníkom a v prípade potreby prevezené do najbližšieho nemocničného zariadenia.

Najdôležitejšie informácie o ochorení Covid-19

Ako sa ochorenie šíri:

- primárne vzdušnou cestou pri kašľaní, kýchaní alebo rozprávaní,
- fekálno-orálny prenos nie je vylúčený.

Aké sú príznaky ochorenia:

- horúčka nad 38°C,
- kašeľ,
- sťažené dýchanie,
- bolesť svalov,
- bolesť hlavy,
- únava, malátnosť,
- môže sa dostaviť strata čuchu a chuti.

Prevencia pred ochorením a jeho šírením:

<u>Osobná prevencia</u>

- Časté umývanie rúk mydlom a vodou najmenej po dobu 20 sekúnd. Ak nie je k dispozícii mydlo a voda, treba použiť dezinfekčný prostriedok na ruky na báze alkoholu.
- Nedotýkanie sa očí, nosa alebo úst neumytými rukami.
- Prekrytie nosa a ústa pri kašľaní a kýchaní jednorazovou papierovou vreckovkou, ktorú je potrebné následne odhodiť do komunálneho odpadu.
- Vyhýbanie sa blízkemu kontaktu s ľuďmi, ktorí javia príznaky nádchy alebo chrípky.
- Okamžité kontaktovanie ošetrujúceho pracovníka v prípade príznakov.
- Nosenie rúška pri priamom osobnom kontakte s inými osobami.

Prevencia v zariadení

- Vykonávanie každodenného zdravotného filtra u zamestnancov.
- Nariadenie denného sledovania príznakov typických pre ochorenie Covid-19 (náhly nástup aspoň jedného z týchto príznakov: kašeľ, dýchavičnosť, horúčka).
- Zvýšená dezinfekcia povrchov.
- Používanie rukavíc u zamestnancov.
- Minimalizovanie sociálnych kontaktov u klientov zariadenia v rámci spoločenských, kultúrnych a hromadných podujatí.
- Zákaz návštev v sociálnych zariadeniach.
- Zákaz cestovania pre zamestnancov.

Postup pri výskyte ochorenia

- Izolovať chorého v samostatnej izbe.
- Okamžite kontaktovať príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva.
- Nariadiť protiepidemické opatrenia po dohode s príslušným regionálnym úradom verejného zdravotníctva (lekársky dohľad, zvýšený zdravotný dozor, karanténa a pod.).
- Zabezpečiť lekárske vyšetrenie chorých a podozrivých osôb.
- Obmedziť pracovnú činnosť v sociálnom zariadení.

Mgr. RNDr. MUDr. Ján Mikas, PhD. v. r.
hlavný hygienik Slovenskej republiky