



Zostat' doma znamená chránit'!

#CoronaSN



Horúca linka pre koronavírus: 0800 100 0214

www.coronavirus.sachsen.de



Freistaat
SACHSEN

Pokyny k správaniu sa pri výskyte infekcie koronavírusom



V súčasnosti sa na celom svete vyskytuje infekcia nového typu koronavírusu SARS-CoV-2. Zoznam aktuálnych rizikových oblastí je k dispozícii na webovej stránke Inštitútu Roberta Kocha (RKI). Na otvorenie internetovej stránky pre rizikové oblasti použite funkciu fotenia na vašom mobilnom telefóne: www.coronavirus.sachsen.de

Ochorenie novým typom koronavírusu SARS-CoV-2 je vo väčšine prípadov chrípkovou infekciou a nie je klinicky rozoznateľné od nádchy alebo skutočnej chrípky (influenza).

Ako sa správať pri kontakte s ľuďmi, ktorí trpia ochorením dýchacích ciest (chrípková infekcia)

- Dodržiavajte odstup.
- Vyhybajte sa priamemu fyzickému kontaktu s chorými ľuďmi (objatie, bozkávanie, príp. podanie ruky).
- Nedotýkajte sa svojej tváre neumytými rukami.
- Ruky si často a dôkladne umývajte mydlom a vodou.
- Často a dôkladne vetrajte uzavreté miestnosti.

Ako sa správať v prípade ochorenia dýchacích ciest (chrípková infekcia)

- Vyhybajte sa blízkeho kontaktu s chorými ľuďmi.
- Čo najskôr svoju chorobu nahláste.
- Nedávajte choré deti do kolektívneho zariadenia (materská škola, škola).
- Dbajte na ochranu proti kašľu a kýchaniu:
 - Pri kašľaní a kýchaní sa odvráťte od ostatných ľudí.
 - Na kašľanie a kýchanie použite predlaktie alebo jednorazové vreckovky.
 - Použitie jednorazových vreckovky vyhodte do koša.
 - Ruky si často a dôkladne umývajte mydlom a vodou.
- Ak potrebujete lekársku pomoc, telefonicky si dohodnite stretnutie so svojim rodinným lekárom a upozornite ho na vaše ochorenie dýchacích ciest.

- Ak sa u vás objavia **príznaky** ako horúčka, bolesť svalov, kašeľ, nádcha alebo hnačka a boli ste v priebehu posledných **14 dní** v jednej z rizikových oblastí výskytu koronavírusu (www.coronavirus.sachsen.de) alebo ste sa dostali do kontaktu s **potvrdeným** prípadom koronavírusu, vyvarujte sa najskôr všetkým kontaktom s inými ľuďmi, ktoré nie sú nevyhnutné, a zostaňte doma! Telefonicky ihneď kontaktujte svojho rodinného lekára alebo zavolajte na pohotovostnú službu **116 117**. O ďalšom postupe vás bude informovať váš rodinný lekár alebo pohotovostná služba.

Ako postupovať pri kontakte s potvrdeným prípadom koronavírusu

Ak ste boli v posledných 14 dňoch v kontakte s potvrdeným prípadom koronavírusu, okamžite kontaktujte príslušný úrad zdravotníctva. Toto je v každom prípade nevyhnutný krok – bez ohľadu na príznaky.

Možné opatrenia zo strany zamestnávateľa

- V prípade potreby aktualizuje posúdenie rizika podnikový lekár.
- Zabezpečenie pravidelného poučenia zamestnancov o správaní sa v súlade s hygienou.
- Zabezpečenie ľahko prístupných a dobre vybavených zariadení na umývanie rúk.
- Dezinfekčné prostriedky sa v inej ako lekárskej oblasti nevyžadujú.
- Pracovné priestory sa vyvetrajú asi štyrikrát denne na približne desať minút.
- Používanie jednorazových utierok.
- Ak je to možné a zlučiteľné s prevádzkovým postupom: umožnenie práce z domu/práce na diaľku.