



Domov dôchodcov

PREVENTÍVNE OPATRENIA PRE KLIENTOV V DOMÁCOM PROSTREDÍ

AKÚTNY RESPIRAČNÝ SYNDRÓM SPÔSOBENÝ NOVÝM KORONAVÍRUSOM SARS-COV-2.

Opatrenie č. 2

Príznaky podobné klasickým respiračným ochoreniam – horúčka, kašeľ, dýchavičnosť, ochorenie môže prerásť až do zápalu pľúc.

Všeobecné zásady pre zamedzenie šíreniu kvapôčkových infekcií:

- umývať si ruky často mydlom a vodou, najmenej po dobu 40 sekúnd. Ak nie je k dispozícii mydlo a voda, treba použiť dezinfekčný prostriedok na ruky na báze alkoholu
- očí, nosa a úst sa nedotýkajte neumytými rukami, zakrývajte si nos a ústa pri kašľaní a kýchaní jednorazovou papierovou vreckovkou a následne ju zahodíte do koša
- vyhýbať sa blízkeho kontaktu s ľuďmi, ktorí javia príznaky nádchy alebo chrípky
- prenos je pravdepodobný, iba ak ste boli vo vzdialenosti od chorej osoby menej ako 2 metre po dobu viac ako 15 minút
- ak ste chorý, kontaktujte svojho ošetrojúceho lekára, ktorý určí ďalší postup liečby,
- ak máte prejavy respiračnej infekcie, ale neboli ste v rizikových oblastiach, nesnažte sa aj ľahko prebiehajúce ochorenie prechodiť ale zostaňte do ústupu symptómov v domácom prostredí
- doma na lôžku sa z ochorenia liečte v samostatnej izbe, v domácnosti dbajte na zvýšenú dezinfekciu povrchov
- v domácom prostredí odporúčame zabezpečiť pravidelnú dezinfekciu kontaktných plôch (stôl, operadlá stoličiek, podlahy)
- pri stretnutiach odporúčame vynechať formálne zvyky a nepodávať si ruky, resp. minimalizovať akýkoľvek osobný kontakt
- v kuchyni nepoužívať spoločný riad. Pri používaní umývačiek riadu nastaviť programy s vyššími teplotami (50-70 °C)
- eliminovať spoločné stretnutia,
- rúšky a respirátory majú primárne používať infekčné osoby, aby chránili zdravie ostatných a nerozširovali infekciu

Otázky súvisiace s ochorením COVID-19 vám budú zodpovedané na telefonických linkách s nepretržitou prevádzkou (24/7):

- **Národné centrum zdravotníckych informácií - 0800 221 234**
- **RUVZ so sídlom v Bratislave – 0917 426 075**
- **Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky – 0917 222 682**
- **Dr. Lorandová koordinátor OSvD – 0910 711 929**



Domov dôchodcov

Ruky si umývajte aspoň 40 - 60 sekúnd

Zdroj: WHO



0 Namočte si ruky



1 Použite dostatok mydla



2 Krúživým pohybom si šúchajte dlane



3 Dlane si položte jednu na druhú a prepleťte si prsty



4 Dlane otočte proti sebe a prepleťte si prsty



5 Končeky prstov si chyťte do druhej ruky



6 Do dlane uchopte palec a umývajte ho krúživým pohybom



7 Končekmi prstov pravej ruky umývajte ľavú dlaň a naopak



8 Opláchnite si obidve dlane



9 Ruky si poutierajte dosucha jednorázovým uterákom



10 Vodovodnú batériu zavrite s použitím uteráka



V Bratislave dňa 14.03.2020

PhDr. Mgr. Renáta Knezovič PhD.
riaditeľka