



SARS-CoV-2

Koronavírusy môžu infikovať ľudí a spôsobiť rozličné choroby: **od bežných prechladnutí** až po **závažne prebiehajúce infekcie** ako MERS alebo SARS.

SARS-CoV-2 je prenosný z **človeka na človeka**. Boli tiež známe prípady, pri ktorých sa osoby nakazili u postihnutých osôb, ktoré mali vykazovať iba nešpecifické symptómy.

Odborníci vychádzajú z toho, že prenos sa uskutočňuje primárne cez **kvapôčkovú infekciu**.

Dôležité pojmy

Osoba podozrivá na nákazu: Osoba, u ktorej je možné predpokladať, že je nositeľom choroboplodných zárodkov bez toho, aby bola chorá, podozrivá, že má chorobu alebo bacilonosičom.

Bacilonosič: Osoba, ktorá vylučuje choroboplodné zárodky a tým môže byť zdrojom nákazy vo všeobecnosti bez toho, aby bola chorá alebo podozrivá, že má chorobu.

SARS-CoV a **MERS-CoV** viedli v minulosti k veľkým prepuknutiam choroby.

COVID-19 je názov choroby, ktorá je aktivovaná v dôsledku SARS-CoV-2.

Karanténa slúži na vašu ochranu a ochranu nás všetkých pred nákazou novým koronavírusom. Je to časovo obmedzená izolácia osôb podozrivých na nákazu alebo osôb, ktoré vírus možno vylučujú. Karanténa **má zabrániť rozširovaniu ochorenia**.

Právne ustanovenia

Základom pre nariadenie karantény je § 30 zákona o ochrane proti infekciám (IfSG).

Zárobkovo činné osoby, ktoré kvôli nariadenej karanténe utrpia výpadok príjmu, majú spravidla nárok na finančné odškodnenie. Kontaktným partnerom je nariaďujúci úrad.

Zohľadnite, prosím: Priestupky voči nariadenej karanténe môžu byť potrestané peňažným trestom alebo trestom odňatia slobody!

Zahraničným štátnym občanom a zahraničným štátnym občiankam sa odporúča informovať svoje veľvyslanectvo o nariadení o karanténe.

Pečiatka/Kontakt



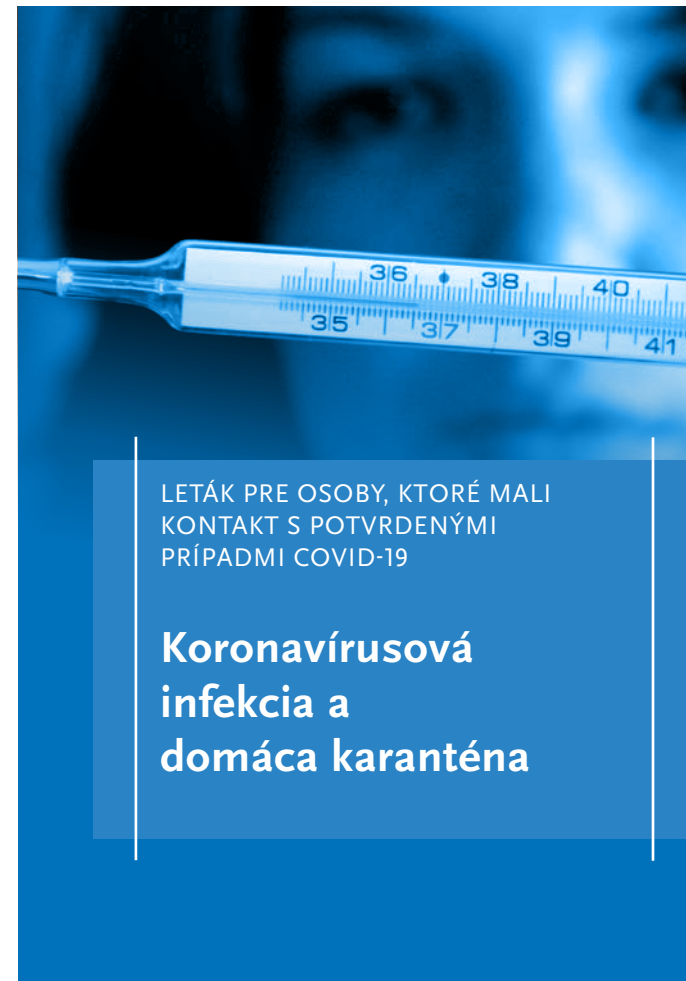
Ďalšie informácie



www.rki.de/covid-19

www.infektionsschutz.de

Preklad uskutočnený prostredníctvom spoločnej centrály pre zdravotnú osvetu (BZgA).
Vydavateľ: Robert Koch-Institut, Berlín, 2020 | Redakcia: Informationsstelle des Bundes für Biologische Gefahren und Spezielle Pathogene (IBBS), Fachgebiet 14 – Angewandte Infektions- und Krankenhaushygiene | Grafika: www.goebel-groener.de
Titulná fotografia: Gina Sanders – stock.adobe.com | Tlač: RKI-Hausdruckerei



LETÁK PRE OSOBY, KTORÉ MALI KONTAKT S POTVRDENÝMI PRÍPADMI COVID-19

Koronavírusová infekcia a domáca karanténa

Zostať doma.

Karanténa je dôležitá. Služi na vašu ochranu ochranu nás všetkých pred nákazou novým koronavírusom a má zabrániť rozširovaniu choroby. Opatrenie bolo nariadené kompetentným úradom – spravidla vašim zdravotným úradom. Bolo presne stanovené, na ako dlho idete do karantény. Opatrenie sa nekončí automaticky, ale až vtedy, keď bude znova zrušené kompetentným úradom.

Zaraďujete sa k tým, ktorí sú podozriví na nákazu bez toho, aby boli sami chorí alebo podozriví, že majú chorobu.

U COVID-19 sa vykonávajú opatrenia na karanténu, pretože táto choroba môže prebiehať veľmi ťažko, podobne ako klinické obrazy SARS1 a MERS2, spôsobené taktiež koronavírusom. Rozširovanie COVID-19 u obyvateľstva sa avšak uskutočňuje jednoduchšie a rýchlejšie.

Je veľmi dôležité, aby sa karanténa a hygienické pravidlá dodržiavali presne – aj keď by ste nemali mať žiadne ťažkosti. Tým chránite seba a iných.

Ochranné opatrenia: Rešpektovanie pravidiel pre kašeľ a kýchanie, dodržiavanie dobrej hygieny rúk, ako aj odstupu môže chrániť pred prenosom nového koronavírusu.



¹ Severe Acute Respiratory Syndrome

² Middle East Respiratory Syndrome

Nájsť podporu.

Medicínska starostlivosť:

- ▶ Kontaktujte vášho/vašu domáceho/u alebo odborného/ú lekára/ku, keď kvôli inému, resp. existujúcemu ochoreniu potrebujete naliehavo lieky a/alebo lekárske ošetrovanie.
- ▶ Povedzte, čo potrebujete a že sa nachádzate v karanténe.
- ▶ V prípade medicínskych problémov, ktoré môžu viesť k nedodržaniu karantény, kontaktujte váš zdravotný úrad.



Bezodkladne kontaktujte váš zdravotný úrad, keď sa cítite chorí alebo máte tieto symptómy:

Kašeľ, nádchu, dychovú nedostatnosť podmienenú infekciou, horúčku.
www.rki.de/mein-gesundheitsamt



Pri akútnych ochoreniach ohrozujúcich život, otravách alebo ťažkých poraneniach zvolte **núdzové telefónne číslo (112)**. **Dodržiavajte všeobecné pravidlá pri núdzovom volaní a povedzte, že sa nachádzate v karanténe!**

Zásobovanie potravinami:

- ▶ Poproste rodinných príslušníkov, priateľov a susedov o to, aby vám pomohli. Môžu jednoducho odložiť potraviny pred vašimi dverami.
- ▶ Podporu ponúkajú príp. požiarnici, Technická pomoc (THW) alebo neplatení pomocníci v obci.



Rodina v spojení.

Pre rodiny s deťmi môže byť domáca karanténa zvláštnou výzvou, okrem iného vtedy, keď ide o podporu pri starostlivosti o deti.



- ▶ Pokúste sa zostať navzájom v spojení tak dobre, ako to ide.
- ▶ Keď po karanténe máte upozornenia na to, že sú vaše deti v škôlke alebo škole vyčleňované, porozprávajte sa s pedagogickým personálom.

Staráť sa o duševné zdravie.

S karanténou môžu ísť ruka v ruke psychosociálne záťaž. K tomu patria napr. strachy a starosti pred nákazou, pocit vyčlenenia, osamelosť, napätie alebo poruchy spánku.

- ▶ Aj keď nemôžete mať priamy kontakt s osobami, zostaňte s priateľmi a rodinnými príslušníkmi v spojení cez telefón, internet alebo iné médiá.
- ▶ Popremýšľajte, čo by vám mohlo okrem toho pomôcť v záťažových situáciách.
- ▶ Využite existujúce telefonické ponuky na pomoc, ako napr. telefón pre duchovnú starostlivosť alebo krízové služby.
- ▶ V domácej karanténe využite tiež vaše možnosti na prevádzkovanie športu (napr. s domácim trénerom alebo robte jednoduché gymnastické cvičenia). Takto zostanete fit a môžete odbúrať negatívny stres.

