



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 **kvapôčky** a **aerosóly**.

Dôležité pojmy

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

Bacilonosič: Osoba, ktorá vylučuje choroboplodné zárodky a tým môže byť všeobecne zdrojom nákazy 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 pre 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 (Infektionsschutzgesetz, §30 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 príslušníkom sa odporúča informovať svoje veľvyslanectvo o nariadenej karanténe.

Pečiatka/Kontakt

Ďalšie informácie

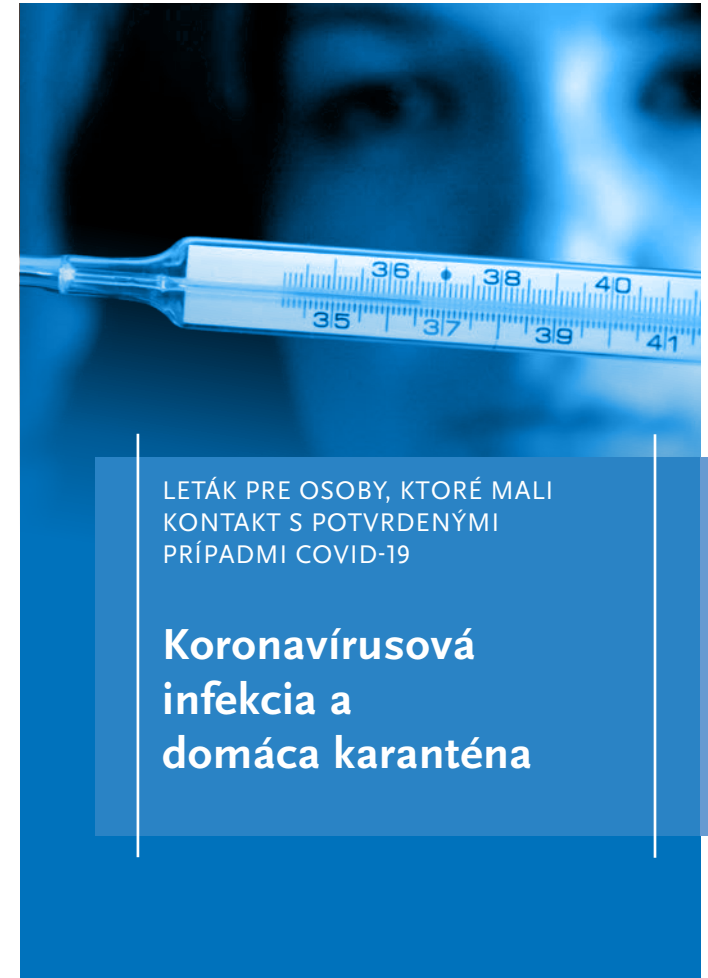


www.rki.de/covid-19



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 vašej ochrane, ochrane nás všetkých pred nákazou novým koronavírusom a má zabrániť šíreniu choroby. Opatrenie bolo nariadené kompetentným úradom – spravidla vašim zdravotným úradom (Gesundheitsamt). 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 avšak prebieha 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 odstavu môže chrániť pred prenosom nového koronavírusu.



Nájsť podporu

Medicínska starostlivosť:

- ▶ Kontaktujte vášho/u domáceho/u alebo odborného/ú lekára/ku, keď kvôli inému, resp. existujúcemu ochoreniu potrebujete naliehať lieky a/alebo lekárske ošetrenie.
- ▶ 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 nedostatočnosť 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, Spolková agentúra pre technickú pomoc (THW) alebo dobrovoľní pomocníci v obci.



Deti v karanténe

Pri nariadení karantény pre deti nie je vždy možné dodržiavať všetky hygienické pravidlá. Pretože deti, najmä malé deti, ktoré sú v karanténe, potrebujú starostlivosť a podporu svojich rodičov/blízkyh osôb.



- ▶ Snažte sa dodržiavať hygienické pravidlá čo najlepšie a nájdite individuálne riešenia pre vašu situáciu.
- ▶ V prípade potreby zodpovie ďalšie otázky tiež príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva.

Staráť sa o duševné zdravie

S karanténou môžu ísť ruka v ruku 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.



¹ Severe Acute Respiratory Syndrome

² Middle East Respiratory Syndrome