

# Informace pro občany v souvislosti s virovou epidemií

- Důrazně žádáme všechny občany, kteří byli v zahraničí, nebo mohli přijít do styku s takovou osobou, i před účinností vyhlášení povinné karantény, o ohleduplnost k ostatním. Prosíme, dodržujte doporučenou 14ti-denní karanténu i v těchto případech; pokud cítíte příznaky virového onemocnění, volejte obvodnímu lékaři.
- Apelujeme na ohrožené skupiny obyvatel, zejména seniory, aby v zájmu svého zdraví, omezili pohyb po veřejných prostranstvích a ve veřejně dostupných obchodech na minimum. **Používejte roušky** ve veřejných prostorách, při kontaktu s cizími lidmi, při cestách hromadnou dopravou, při nákupu, při cestě do práce i v práci apod.
- **Ministerstvo zdravotnictví zřídilo informační telefonní linku: 1212.**

**V tuto chvíli není na místě přísná vládní opatření zpochybňovat nebo je záměrně porušovat, prostě je všichni dodržujeme! Jak dlouho bude mimořádná situace trvat a jaké bude mít dopady, záleží na každém jednom z nás, na naší odpovědnosti. Čím více budeme nyní ochotni se omezit, tím dříve se tuto nelehkou situaci podaří vyřešit.**

## O koronaviru a jak snížit riziko nakažení

### 1. Jak se onemocnění COVID-19 přenáší?

Koronavirus se přenáší z člověka na člověka po úzkém kontaktu. Jedná se o tzv. kapénkovou infekci, která je přenášena vzduchem. Zasahuje nejčastěji sliznice horních a dolních dýchacích cest a spojivky. Inkubační doba je cca dva až čtrnáct dní. Po týdnu od nakažení se nemoc projeví horečkami, které neustupují. Mohou být provázené nepříjemnými pocity, bolestmi kloubů a svalů a objevují se i projevy kašle.

### 2. Jaké jsou příznaky onemocnění?

Příznaky onemocnění jsou podobné chřipce. Jedná se o zvýšenou teplotu, dušnost, kašel, bolesti svalů či únava. Pouze u některých pacientů vede k rozvoji virového zápalu plic, který může vyústit až v selhání dýchání.

### 3. Jak se proti nákaze COVID-19 preventivně chránit?

Důležité je postupovat tak, jako při běžném virovém onemocnění, tzn. **dodržovat základní hygienická pravidla**. V současné době **Ministerstvo zdravotnictví nedoporučuje cestovat**, v případě nezbytných zahraničních cest je třeba kontaktovat [Ministerstvo zahraničních věcí ČR](#).

## Snižte své riziko nakažení **koronavirem**:



Často a důkladně si myjte ruce pomocí desinfekčních přípravků na alkoholové bázi nebo mýdlem a vodou



Kýchejte nebo kašlete do rukávu na předloktí nebo kapesníčku - kapesníček okamžitě vyhoďte a umyjte si ruce



Předcházejte blízkému kontaktu s kýmkoliv kdo má horečku nebo kašel

#Coronavirus

#COVID19

