

# AKO SA SPRÁVAŤ V DOMÁCEJ IZOLÁCII

ČO ROBIŤ PRI PRVÝCH PRÍZNAKOKCH  
INFEKCIE VÍRUSOM COVID-19.

Osobám s blízkymi kontaktmi a podozrivou expozíciou, by sa malo odporúčať obdobie **14 dní** na precízne pozorovanie ich zdravia v izolácii, ktoré sa začína posledným dňom kontaktu s pacientmi infikovanými na vírus SARS-CoV-2 (COVID-19), alebo podozrivou environmentálnou alebo živočíšnou expozíciou. V prípade bezpríznakovosti, je možné exponovanému jedincovi po vyšetrení odporučiť domácu izoláciu, s denným hodnotením príznakov ochorenia a zmien zdravotného stavu.

Akonáhle sa prejavia akékoľvek príznaky, najmä telesná **teplota vyššia ako 38 °C**, problémy dýchacieho systému (**kašeľ, dýchavica**) alebo **hnačka**, mali by sa okamžite telefonicky hlásiť u všeobecného lekára alebo telefonicky kontaktovať príslušný Regionálny úrad verejného zdravotníctva (RÚVZ), eventuálne Operačné stredisko záchrannej zdravotnej služby (KOS ZZS) na tel. čísle 155. Následne podľa inštrukcie RÚVZ alebo KOS ZZS, u jedincov s miernymi príznakmi a podozrením na infekciu, sa odporúča zvážiť izoláciu v domácom prostredí.

# ODPORÚČANIA V DOMÁCOM PROSTREDÍ

- Je nevyhnutné vetrať uzavreté miestnosti a pri infikovaných jedincoch si udržiavať minimálnu vzdialenosť 2 metre.
- Povrchy v domácnosti dezinfikujte častejšie ako bežne.
- Obmedzte návštevy príbuzných a priateľov.
- Obmedzte fyzickú aktivitu infikovaného jedinca.
- Vyhnite sa zdieľaniu zubnej kefky, posteľnej bielizne či riadu s infikovaným jedincom.
- Infikovaný jedinec má pri kýchaní a kašľaní nosiť ochrannú rúšku alebo si ústa prikryť jednorazovou vreckovkou. V prípade, že nemá po ruke jednorazovú vreckovku, treba kýchať do laktovej jamky.

Viac informácií nájdete na webových stránkach:

[www.health.gov.sk](http://www.health.gov.sk)

[www.uvzsr.sk](http://www.uvzsr.sk)

[www.standardnepostupy.sk](http://www.standardnepostupy.sk)

