

Nový koronavírus - usmernenie SZU

V súlade s odporúčaním ÚVZ SR a SZO vydáva vedenie SZU usmernenie **pre študentov a zamestnancov SZU**.

- 1. Na zníženie rizika importu koronavírusu na Slovensko, sa odporúča obmedziť cestovanie do zahraničia**
- 2. Za účelom včasného zachytenia importovaného koronavírusu a zníženie rizika jeho šírenia, sa odporúča:**
 - Po návrate z oblastí, v ktorých sa koronavírus šíri (v súčasnosti sú to oblasti uvedené na webovej stránke <https://www.worldometers.info/coronavirus/>) zostať v izolácii (doma) 14 dní, nezúčastňovať sa na výučbe, nechodiť do práce, ani na klinické pracoviská
 - Neprítomnosť nahlásiť telefonicky, alebo e-mailom s udaním dňa návratu a názvu navštíveného štátu, alebo oblasti:
 - Študenti Lekárskej fakulty na: študijné oddelenie: 02/59370 466, 02/59370 850, katarina.gnjatovicova@szu.sk, katarina.miklosova@szu.sk
 - Študenti Fakulty verejného zdravotníctva na: 02/59370 553, matej.mucska@szu.sk
 - Študenti Fakulty ošetrovateľstva a zdravotníckych odborných štúdií na: hana.padysakova@szu.sk
 - Študenti Fakulty zdravotníctva v Banskej Bystrici na: 048/32480015, slavka.valkova@szu.sk
 - Pobyť v postihnutej oblasti dokladovať (letenka, účet z hotela a pod.)
 - Počas izolácie sledovať svoj zdravotný stav 14 dní po návrate
 - Akékoľvek príznaky zo strany infekcie dýchacích ciest (kašeľ, ťažkosti s dýchaním, bolesť svalov a celková únava) a zvýšenú teplotu hlásiť telefonicky svojmu praktickému lekárovi
 - Vyhýbať sa kontaktu s ostatnými osobami
 - Pri nevyhnutnom kontakte s inými osobami používať rúško
 - V mieste pobytu priestory umývať na vlhko a dezinfikovať bežnými chlóróvými prípravkami
 - Študenti a zamestnanci dochádzajúci na SZU denne zo zahraničia, ktorí neboli v priamom kontakte s pacientom s potvrdeným novým koronavírusom sa zúčastňujú pracovného a pedagogického procesu bez obmedzenia.
 - V izolácii v domácom prostredí po dobu 14 dní zostávajú všetky osoby, ktoré boli v priamom kontakte s chorou osobou.
 - Umývať si často ruky, dodržiavať respiračnú hygienu (etiketa kýchania a kašľania) kašľať a smrkať do papierovej vreckovky, ktorú po použití zahodiť
 - Aktuálne informácie o šírení koronavírusu sú k dispozícii na stránke <https://www.worldometers.info/coronavirus/>

V Bratislave, 3.2.2020

V rámci prípravy na import koronavírusu je vhodné osvojiť si základné informácie:

Aké sú príznaky ochorenia? Ochorenie zapríčinené novým koronavírusom začína zvyčajne horúčkou, kašľom, ťažkosťami s dýchaním, bolesťou svalov a celkovou únavou. Priebeh môže byť od ľahkého prechladnutia dýchacích ciest až po ťažký, život ohrozujúci zápal pľúc. Zatiaľ nie je známe u akej proporcie infikovaných prebieha nákazy bez príznakov.

Aký je inkubačný čas? Čas od nakazenia po prvé príznaky ochorenia je **2-14 dní**, priemerne 6 dní. Mimoriadne, u osôb s poruchami imunity, môže byť inkubačný čas až 27 dní.

Ako ho diagnostikujeme? Laboratórnu diagnostiku vírusu na Slovensku vykonáva NRC pre chrípku na ÚVZ SR v Bratislave metódou PCR. Vykonáva ju v indikovaných prípadoch pri zistení klinických príznakov a pozitívnej cestovateľskej anamnézy. Vyšetrenie je potrebné najprv dohodnúť v laboratóriu. Vzorka sa odoberá v prvých dňoch po nástupe klinických príznakov. Odberové súpravy sú totožné s odberovými súpravami na humánnu chrípku a dodá ich na požiadanie laboratórium.

Liečba je len podporná, očkovanie zatiaľ nie je, ale intenzívne sa pracuje na vývoji liečiv aj očkovacej látky.

Ako sa prenáša? Vírus sa prenáša pri kýchaní a kašľaní chorého:

- kvapôčkami výlučkov dýchacích ciest, ktoré sú nosičom vírusu, (doletia asi do 2 metrov),
- kontaminovaným vzduchom sa vírus môže prenášať pri invazívnych zdravotníckych výkonoch v dýchacom trakte, pri ktorých vzniká aerosól (dolet do 10 metrov),
- priamym kontaktom s predmetmi, na ktorých sú kvapky sekrétu chorého.

Ako sa vírus dostane do organizmu? Bránou vstupu vírusu do organizmu sú **oči, nos a ústa**.

Kto je v riziku ochorenia? Za osoby vo vysokom riziku sa považujú:

- rodinní príslušníci chorého,
- jeho iné úzke kontakty,
- zdravotnícki pracovníci, ktorí sa o chorých starajú vrátane laboratórnych pracovníkov,
- spolucestujúci s chorým sediaci v rámci 2 sedadiel okolo neho
- osoby, ktoré sa vrátili z oblastí, kde dochádza k šíreniu vírusu.

Ako sa môžeme chrániť? V prevencii je potrebný zodpovedný prístup a spolupráca každej osoby žijúcej na Slovensku s úradmi verejného zdravotníctva a ošetrojúcimi lekármi!

V súčasnosti je potrebné zabrániť importu vírusu na Slovensko. Ako?

- **obmedzením cestovania** do zahraničia, najmä do oblastí, kde sa už koronavírus šíri
- **sledovaním zdravotného stavu každej osoby, ktorá sa vrátila z oblasti, kde sa vírus šíri minimálne 14 dní po návrate**
- **pri objavení sa príznakov infekcie dýchacích ciest u takejto osoby:**
 - **telefonicky kontaktovať ošetrojúceho lekára**
 - **dať si rúško a ísť rýchlo mimo kolektív a obmedziť kontakt so zdravými ľuďmi**

Na zabránenie šírenia vírusu je kľúčové:

- **skoré rozpoznanie infikovaného človeka**, ako možného prameňa nákazy pre svoje okolie,
- **izolácia a liečba chorého podľa klinického stavu** v domácej liečbe spojenej s domácou izoláciou, na infekčnom oddelení, u závažných klinických foriem na jednotkách intenzívnej starostlivosti,
- **nosenie rúšok a respiračná hygiena u chorého** (etiketa kýchania a kašľania) - kašľanie a smrkanie do papierovej vreckovky, ktorú po použití zahodí je najúčinnější spôsob, ako chorý zabráni šíreniu vírusu do svojho okolia

- **umývanie na vlhko a dezinfekcia priestorov**, kde sa chorý zdržiaval ničí vírus vo vonkajšom prostredí. Zatiaľ nie je známe, ako dlho v ňom vírus prežíva. Predpokladá sa, že vírus nepatrí k výrazne rezistentným vírusom, možno používať dezinfekčné prostriedky s deklarovanou víruinaktivačou účinnosťou.
- **nosenie osobných ochranných pracovných prostriedkov pri kontakte s chorým**, ktoré majú chrániť najmä brány vstupu vírusu – oči, nos a ústa a časté umývanie rúk sú najúčinnější spôsob na ochranu kontaktov chorého. Rovnako nie je vhodné dotýkať sa očí, nosa a úst neumytými rukami.
- **Vyhľadávanie kontaktov chorého a ich izolácia** zabráni prenosu vírusu na ďalšie osoby

Aktuálne informácie je možné získať na:

www.uvzsr.sk

<https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china>

<https://gisanddata.maps.arcgis.com/apps/opsdashboard/index.html?fbclid=IwAR0QD2Zym34fN5qWNyuD5c1x0hMGKQWrNiY-nXIQ-hfWgQpJ2DJiOWmzIU#/bda7594740fd40299423467b48e9ecf6>