

Spolu to zvládneme

Informácie o COVID-19

- ❖ Infekčné ochorenie – šíri sa najmä vzduchom
- ❖ Asi polovica nakazených - bez príznakov
- ❖ Ochorenie sa najčastejšie prejavuje na 5-8 deň od nakazenia
- ❖ Nakazený človek je najviac infekčný 2 dni pred objavením sa príznakov až do 5 dní po začiatku ochorenia



Čo robiť ak ste chorý

- ❖ Zostaňte doma a zavolajte svojmu lekárovi a poraďte sa sním ohľadne liečby (MUDr. Ladislav Sás)
- ❖ Noste rúško a dodržujte odstup aspoň 2 metre od ostatných
- ❖ Pri kýchaní a kašľaní si zakrývajte ústa papierovou vreckovkou alebo oblečením a použítu vreckovku zahodte do koša
- ❖ Umývajte a dezinfikujte si pravidelne ruky
- ❖ Často vetrajte miestnosti v ktorých sa zdržiavate



Ste pozitívne testovaný/á a ešte nemáte žiadne príznaky ochorenia

- ❖ *Ostane doma a zavolajte svojmu lekárovi (MUDr. Ladislav Sás) Požiadajte príbuzných, aby vám nakúpili dostatok potravín a zabezpečili základné lieky, ak vám nemá kto nakúpiť, obecný úrad vám zabezpečí nevyhnutné životné potreby*
- ❖ Noste rúško, dodržujte odstup aspoň 2 metre od ostatných, pravidelne si umývajte a dezinfikujte ruky a vetrajte miestnosti v ktorých sa zdržiavate
- ❖ Sledujte svoj zdravotný stav, merajte si svoju teplotu každý deň, ak sa váš zdravotný stav zhorší, volajte svojmu lekárovi
- ❖ Ak je možné, izolujte sa v samostatnej izbe so samostatnou kúpeľňou a WC
 - ❖ Majte vyčistený riad, príbor, pohár, uteráky a posteľnú bielizeň
- ❖ Dezinfikujte všetky miesta, ktorých sa dotýkajú všetci – kľučky, vypínače, toalety, vodovodné batérie, ovládač na televízor, stoly, telefón



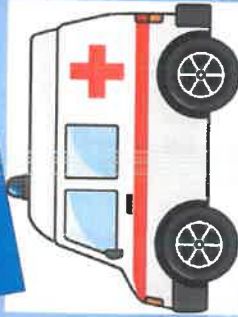
Ak máte príznaky COVID-19

- ❖ *Lieky konzultujte so svojim lekárom (MUDr. Ladislav Sás, Tel.: 0905 278 075) Horúčka (do 38,5 °C) - bežne dostupné lieky na zníženie teploty Paralen, Panadol, Ibalgin...*
- Kašeľ - bežne dostupné lieky proti kašľu – Stoptussin, Mucosolvan...
- Nádcha – Coldrex...
- Bolesť hlavy - bežne dostupné lieky proti bolesti – Ibalgin, Valetol, Paralen...

Ak u vás dôjde k zhoršeniu zdravotného stavu :

- Dýchavičnosť – ťažké dýchanie
- Tlak na hrudníku, bolesť na hrudníku
 - Zmätenosť
 - Modrasté pery alebo tvár

okamžite volajte svojmu lekárovi , ak sa mu nevieťe dovolať alebo mimo ordinálnych hodín volajte 112



Viac Informácií na www.covidhelper.sk
Obvodný lekár: MUDr. Ladislav Sás,
Tel.: 0905 278075 / pondelok – piatok/

Regionálna hygienička: Mgr. Denisa Masárová,
Tel.: 035 77 02 627