

# Jak se chránit?

1. CHRAŇTE SVÉ DÝCHACÍ CESTY RESPIRÁTOREM, ÚSTENKOU, ŠÁLOU ČI JINÝM ZPŮSOBEM – CHRÁNÍTE TÍM SOUČASNĚ I SVÉ OKOLÍ
2. PRAVIDELNĚ SI OMÝVEJTE RUCI TEPLOU VODOU A MÝDLEM ČI ALKOHOLOVOU DEZINFEKČÍ
3. PŘI KÝCHÁNÍ A KAŠLI SI ZAKRÝVEJTE NOS A ÚSTA KAPESNÍKEM ČI PŘDLOKTÍM, NIKOLIV RUKOU
4. VYHÝBEJTE SE MÍSTŮM, KDE SE NACHÁZÍ VĚTŠÍ POČET OSOB
5. CÍTÍTE-LI SE NEMOCNÍ, KONTAKTUJTE SVÉHO LÉKAŘE TELEFONICKY, PŘI JEHO NEDOSTUPNOSTI VOLEJTE 155
6. ŘIĎTE SE POKYNY ODBORNÍKŮ A DODRŽUJTE OCHRANNÁ OPATŘENÍ
7. NEŠÍŘTE POPLAŠNÉ ZPRÁVY, INFORMACE Z MEDIÍ SI OVĚŘTE NA STRÁNKÁCH MINISTERSTVA ZDRAVOTNICTVÍ A SVĚTOVÉ ZDRAVOTNICKÉ ORGANIZACE

## POROVNÁNÍ COVID-19 vs. CHŘÍPKA

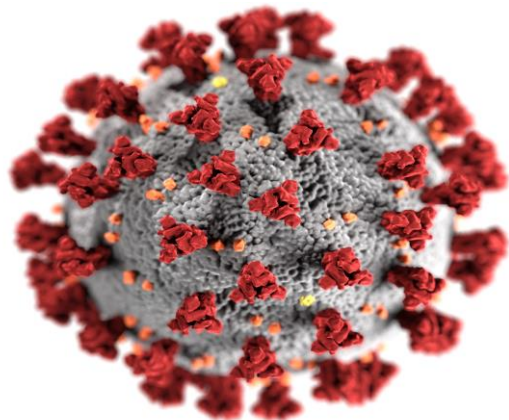
	COVID-19	CHŘÍPKA
<b>POČET NAKAŽENÝCH OSOB</b> (ÚDAJ ZA OBDOBÍ LEDEN-BŘEZEN 2020 V ČESKÉ REPUBLICE)	3 002 PŘÍPADŮ	16 835 PŘÍPADŮ
<b>INDEX NAKAŽLIVOSTI</b> (KOLIK NAKAZÍ JEDNA OSOBA DALŠÍCH OSOB)	1,5 – 2,5	1,5
<b>NUTNOST HOSPITALIZACE</b>	5 – 10 % NEMOCNÝCH	1 % NEMOCNÝCH
<b>MÍRA ÚMRTNOSTI</b> (PROCENTO NAKAŽENÝCH, KTERÉ ZEMŘOU)	1 – 3%	0,1 %
<b>RIZIKOVÁ SKUPINA</b>	OSOBY NAD 65 LET VĚKU CHRONICKY A VÁŽNĚ NEMOCNÍ OSOBY S OSLABENOU IMUNITOU	DĚTI OSOBY S OSLABENOU IMUNITOU

# COVID-19

NĚKOLIK ZÁKLADNÍCH INFORMACÍ ...



SBOR DOBROVOLNÝCH HASIČŮ  
JANKOV



## CO TO JE „COVID-19“

COVID-19 (Coronavirus disease 2019) je infekční virové onemocnění, které se poprvé objevilo v prosinci roku 2019 v čínském městě Wu-chan. odtud se rozšířilo téměř do celého světa. Onemocnění je způsobeno virem SARS-CoV-2, jehož přirozeným zdrojem jsou exotičtí netopýři.

Příčina prudkého rozšíření onemocnění není zcela známá. Virus se přenáší kapénkami při kašli nebo kýchání anebo blízkým tělesným kontaktem. Inkubační doba onemocnění je v průměru 5 dní.

Projevy onemocnění jsou shodné s běžnou chřipkou, tzn. horečka, únava a problémy s dýcháním, dále se objevují bolesti svalů a kloubů, průjem a dráždivý suchý kašel. Při závažném průběhu onemocnění se může objevit i zápal plic.

U řady pacientů může onemocnění probíhat zcela bez příznaků, téměř 85 % nemocných nevyžaduje hospitalizaci v nemocnici a jejich léčba probíhá doma.

Onemocněním COVID-19 jsou nejvíce ohroženi osoby starší 65 let a osoby, které trpí jiným závažným onemocněním, jako jsou chronická onemocnění srdce a plic, cukrovka nebo rakovina.

## ÚMRTNOST NA COVID-19

Nákaza koronavirem SARS-CoV-2 může mít i smrtící následky. K datu 15. dubna 2020 zemřelo v Evropě 84 607 osob, u nichž byl diagnostikován COVID-19. V České republice zemřelo celkem 166 osob, na území Jihočeského kraje nikdo. Všichni pacienti, kteří zemřeli, trpěli jiným závažným onemocněním a v současné době není možné s jistotou prohlásit, jaká byla primární příčina jejich úmrtí.

### Symptomy COVID-19

(SARS-CoV-2, 2019-nCoV, Wuchanský koronavirus)

Systémové:

- Horečka
- Únava

Ledviny:

- Snížená funkčnost\*

Střevo:

- Průjem\*

Dýchací soustava:

- Suchý kašel
- Dušnost

Oběhová soustava:

- Snížené množství bílých krvinek\*

\*Uncommon

## PÉČE O FYZICKOU A PSYCHICKOU POHODU

PRAVIDELNÝ  
SPÁNKOVÝ REŽIM



ODPOČINEK  
POSILOVÁNÍ IMUNITY



INFORMOVANOST Z  
ODBOBNÝCH ZDROJŮ



SDÍLENÍ POTŘEB  
OMEZENÍ NÁVŠTĚV  
HOME OFFICE



Jihočeský kraj v číslech (k 16. dubnu 2020):

- počet karantén: 469 osob (okres ČB: 148)
- počet nakažených: 155 osob (okres ČB: 38)
- počet uzdravených: 21 osob (okres ČB: 4)

## MÝTY O COVID-19

aneb jak to vlastně ve skutečnosti je ...

- rouška chrání zejména okolí toho, kdo ji nosí, nikoliv nositele samotného – přesto je dobré ji nosit, abychom zamezili případnému přenosu
- poštovní zásilky z Číny a dalších zemí virus nešíří
- antibiotika nejsou proti onemocnění účinná
- konzumace česneku před nákazou nechrání
- kouření ani konzumace alkoholu před nákazou nechrání
- chlor a chlorové přípravky jsou účinné na dezinfekci povrchů nikoliv kůže, proto se s ním nemyjte ani ho nepijte

## AUTOŘI

Mgr. Petr Svoboda, DiS.

Zdravotnická záchraná služba Jihočeského kraje  
Společnost krizové připravenosti ve zdravotnictví  
Sbor dobrovolných hasičů Jankov

MUC. Jana Mikulášová

Univerzita Karlova, Lékařská fakulta v Plzni  
Sbor dobrovolných hasičů Jankov