



# INFORMACE KE KORONAVIRU

## **Jste senioři, máte chronické onemocnění či oslabenou imunitu?**

Pak můžete patřit ke zvláště ohrožené skupině obyvatel, kteří se mohou nakazit rychle se šířícím koronavirem.

**VAŠE ZDRAVÍ JE TO NEJCENNĚJŠÍ, CO MÁTE.**

## **JAK SE PROTI NÁKAZE KORONAVIREM PREVENTIVĚ CHRÁNIT:**

### **• OMEZTE POHYB VENKU.**

Potraviny, léky a věci pro osobní potřebu vám mohou zajistit vaši blízcí nebo sousedé. Neváhejte se na ně obrátit.

### **• NEZDRŽUJETE SE V MÍSTECH S VYŠŠÍ KONCENTRACÍ OSOB.**

Vyhnete se například návštěvám velkých obchodních domů či jízdě v hromadných dopravních prostředcích. Případně omezte délku pobytu v těchto prostorech na co nejkratší dobu a dodržujte odstup od ostatních osob alespoň 2 metry.

### **• Pokud možno ODLOŽTE OSOBNÍ NÁVŠTĚVY V ORDINACI U LÉKAŘE.**

Kontaktujte svého lékaře pouze telefonicky a domluvte se s ním na dalším postupu. Léky vám mohou zajistit vaši blízcí nebo si recepty od lékaře můžete nechat zasílat formou SMS do svých telefonů.

### **• VYHNĚTE SE ÚZKÉMU KONTAKTU S OSOBAMI, KTERÉ MAJÍ PŘÍZNAKY NACHLAZENÍ, NEBO SE VRÁTILY ZE ZAHRANIČÍ (PLATÍ TO I PRO VLASTNÍ RODINU)**

### **• VE ZVÝŠENÉ MÍŘE DODRŽUJTE ZÁKLADNÍ HYGIENICKÉ ZÁSADY.**

Často a důkladně si myjte ruce pomocí desinfekčních přípravků na alkoholové bázi nebo mýdlem a teplou vodou alespoň po dobu 30 sekund. Nesahejte si na obličej.

### **• DODRŽUJTE PRAVIDLA RESPIRAČNÍ HYGIENY.**

Při kašli a kýčání si zakrývejte ústa papírovým kapesníkem, který po použití ihned vyhodte do koše. Nemáte-li kapesník, použijte rukáv předloktí.

## **POKUD MÁTE JAKÉKOLIV POCHYBNOSTI, VOLEJTE NA:**

• Infolinku Státního zdravotního ústavu, která je k dispozici nonstop na telefonních číslech **724 810 106** a **725 191 367**;

• Infolinku Krajské hygienické stanice Karlovarského kraje

PRO OSOBY S RESPIRAČNÍMI POTÍŽEMI: od pondělí do pátku od 8 do 17 hodin na telefonních číslech **728 6501 42** a **728 650 242**.

PRO POSKYTOVÁNÍ OBECNÝCH INFORMACÍ: od pondělí do pátku od 8 do 15 hodin na telefonních číslech **601 501 983**, **602 251 658**, **602 467 357**.

Veškeré aktuální informace o koronaviru najdete na internetovém portálu Ministerstva zdravotnictví ČR: <https://koronavirus.mzcr.cz/>