**Několik informací k začínající epidemii koronaviru**

**Jak se koronavirus přenáší a čím se projevuje**

Koronavirus se přenáší z člověka na člověka tzv. kapénkovou infekcí, která je přenášena vzduchem. Zasahuje nejčastěji sliznice horních a dolních dýchacích cest, inkubační doba je týden až čtrnáct dní. Po týdnu od nakažení se nemoc projeví neustupujícími horečkami, ty mohou doprovázet nepříjemné pocity, bolesti kloubů, svalů a intenzivní kašel.

**Jaké skupiny obyvatel jsou nejohroženější?**

Mezi ohrožené skupiny patří zejména senioři, chronicky nemocní či osoby s oslabenou imunitou.

**Jak se chránit?**

Preventivní opatření jsou shodná s těmi pro chřipkovou nákazu:

* Vyhýbejte se lidem, kteří jsou zjevně nemocní.
* Dodržujte základní hygienická pravidla, především časté mytí rukou.
* Pokud jste v kontaktu s lidmi, kteří trpí akutními respiračními potížemi, používejte [dezinfekci](https://www.benu.cz/dezinfekce).
* Nezdržujte se v místech s vyšším počtem lidí.
* Jedinci, kteří trpí respiračním onemocněním, by měli dodržovat pravidla respirační hygieny. Při kýchání a kašlání řádně používat kapesníky (ideálně jednorázové), ústa si zakrývat paží či rukávem, nikoli rukou – kapénky se pak mohou přenést dál.
* Posilujte imunitu – zvyšte přísun vitamínu C a dbejte na pestrou stravu.

**S kým se mohu poradit?**

Pokud potřebujete poradit v souvislosti s aktuálním výskytem koronaviru, je vám k dispozici **infolinka**[**Státního zdravotního ústavu**](http://szu.cz/tema/krizove-situace/2019-ncov-novy-koronavirus-wu-chan)**na čísle 724 810 106. Linka je v provozu denně od 9 do 21 hodin.**

**Co dělat, pokud u sebe zpozoruji u sebe příznaky onemocnění koronavirem?**

**Pokud u sebe pozorujete příznaky onemocnění, nebo máte podezření na kontakt s infikovanou osobou, volejte rychlou lékařskou pomoc na čísle 155. S ohledem na riziko dalšího šíření se nedoporučuje navštěvovat lékárny, zdravotnická zařízení ani nemocnice.**

Aktuální informace můžete sledovat např. na internetových stránkách [mzcz.cz](http://www.mzcz.cz/), [szu.cz](http://www.szu.cz/), [hygpraha.cz](http://www.hygpraha.cz/), [ecdc.eu](http://www.ecdc.eu/) a [who.int](http://www.who.int/).