

Čo je to COVID-19

Ochorenie COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) je **spôsobené vírusom SARS-CoV-2**. Ide o kvapôčkovú infekciu, ktorá sa prejavuje najmä kašľom, dýchavičnosťou, horúčkou, zápalom pľúc, v prípade komplikácií môže skončiť úmrtím. Vírus sa prenáša z človeka na človeka, pričom odhadovaný inkubačný čas ochorenia je 2 až 14 dní.

Infekcia SARS-CoV-2 môže prebiehať **asymptomaticky** alebo môže spôsobovať **mierne až ťažké ochorenie** COVID-19.

V súčasnosti sú známe dve **hlavné cesty prenosu** tohto ochorenia: **kvapôčkami**, kontaktom a s vysokou pravdepodobnosťou aj aerosólom. Pod prenosom kvapôčkami sa rozumie prehltnutie alebo vdýchnutie kvapiek, vylúčených infikovanou osobou pri kašľaní, kýchaní a komunikácii, osobami v ich tesnej blízkosti. K prenosu **kontaktom** môže dôjsť, keď sa zdravý jedinec dotkne vírusom kontaminovaného povrchu alebo predmetu a následne sa dotkne úst, nosa alebo očí.

Prenos **aerosólom** sa môže vyskytnúť, keď sa kvapky zmiešajú so vzduchom, čím sa vytvorí aerosól, ktoré vo vysokom množstve v relatívne uzavretom prostredí môžu byť vdýchnuté do pľúc a spôsobiť ich infekciu.

Ako sa chrániť pred nákazou

Chrániť sa môžete veľmi jednoducho a účinne dodržiavaním **zásady ROR** (rúško-odstup-ruky/dezinfekcia rúk). Správne nasadené rúško na tvári (prekryté ústa a nosové dierky) bráni, aby sa do okolia dostalo veľké množstvo kvapôčok, ktorými sa vírus SARS-CoV-2 šíri pri kašľaní, kýchaní, rozprávaní a aj pri vydychovaní vzduchu.

Zachovanie dostatočného, **aspoň dvojmetrového odstupu** od iných ľudí, zároveň významne znižuje riziko doletu kvapôčok s vírusom priamo k vám.

Časté **umývanie rúk mydlom** a teplou vodou a dezinfekcia rúk prostriedkami na báze alkoholu ničí vírusy, ktoré sa usadili na pokožke dotykom s kontaminovanými predmetmi - napríklad držiaky v MHD, nákupné košíky, kľúčky a pod. Nečistými rukami sa nedotýkajte tváre, úst ani očí - vírus sa môže do organizmu napríklad dostať aj cez očné spojky.

Vyhýbajte sa miestam s **vyššou koncentráciou ľudí**. Pokiaľ to nie je možné, zdržujte sa tam len na nevyhnutný čas.

Dôveryhodné informácie o COVID-19, správne postupy a odporúčania nájdete na stránkach www.uvzsr.sk a korona.gov.sk

Naším poslaním je chrániť vaše zdravie – pomôžte nám v tom.
#CHRANIMEVAS #ROR

V domácnosti i na pracovisku pravidelne **dezinfikujte povrchy**, pracovné plochy a pomôcky čistiacimi prostriedkami s virucídnym účinkom. Dbajte na pravidelné a nárazové vetranie miestností.

Aké sú prejavy a následky ochorenia

Medzi príznaky ochorenia COVID-19 patrí zvyčajne horúčka (telesná teplota nad 38 stupňov Celzia), kašeľ, bolesti v krku, bolesť svalov, dýchavičnosť, únava, nevoľnosť a u časti populácie pacientov sa objavili aj gastrointestinálne symptómy ako je bolesť brucha, hnačka, vracanie alebo strata čuchu a chuti.

Ochorenie má u väčšiny ľudí ľahký priebeh, avšak u rizikových skupín populácie (zvyčajne u starších ľudí, u pacientov s vážnymi chronickými ochoreniami alebo zníženou imunitou) sa môže vyvinúť závažná pneumónia, syndróm akútnej respiračnej tiesne a tiež môže dochádzať k zlyhaniu orgánov.

Inkubačný čas je 2 až 14 dní. Osoba môže byť infekčná už 48 hodín pred nástupom príznakov

O koronavírusoch a SARS-CoV-2

Vírus SARS-CoV-2 je z čeľade *Coronaviridae*. Patrí medzi betakoronavírusy, kam sa zaraďujú aj koronavírusy SARS-CoV a MERS-CoV, geneticky sa však od nich líši. Obal má charakteristické kyjakovité výbežky.

Do čeľade *Coronaviridae* patrí viacero vírusov patogénnych pre zvieratá. Okrem infekčnej nádchy spôsobujú tieto vírusy časté ochorenia hospodárskych a domácich zvierat. Ľudské koronavírusy sa delia do dvoch rodov- príslušníci rodu *Coronavirus* majú vzťah k respiračnému traktu, u ľudí môžu vyvolať nádchu až pneumóniu, rod *Torovirus* tvoria tzv. ľudské črevné koronavírusy.

Do roku 2002 choroby ľudí s koronavírusovou infekciou predstavovali nevýznamné hnačkové ochorenia alebo postihnutie horných ciest dýchacích v podobe bežného prechladnutia, pri ktorom vírusy obvykle neprenikali do dolných častí dýchacieho traktu. Komplikácie niekedy predstavovalo príležitostné vyvolanie záchvatov kašľa u astmatikov alebo prepuknutie chronickej bronchitídy u dospelých.

Situácia sa výrazne zmenila počas zimy v rokoch 2002 – 2003, kedy sa zjavilo vysoko nákazlivé, závažné a často smrteľné ochorenie **SARS** - (**S**evere **A**cute **R**espiratory **S**ndrome), t. j. ťažký akútny respiračný syndróm, spôsobený koronavírusom. Ochorenie prebiehalo prevažne ako ťažká atypická pneumónia. Svetová zdravotnícka organizácia (WHO)

Dôveryhodné informácie o COVID-19, správne postupy a odporúčania nájdete na stránkach www.uvzsr.sk a korona.gov.sk

Naším poslaním je chrániť vaše zdravie – pomôžte nám v tom.
#CHRANIMEVAS #ROR

uvádza, že vírus SARS-CoV v tom čase infikoval vo svete viac ako 8 000 ľudí a úmrtnosť bola zhruba 10 %. Najviac postihnutou krajinou bola Čína.

V prípade syndrómu **MERS** sa od roku 2012 vyskytlo približne 2 500 prípadov ochorenia. Najväčšie ohniská nákazy boli v Saudskej Arábii, Spojených arabských emirátoch a Kórejskej republike. počet prípadov s MERS-CoV je relatívne nízky, úmrtnosť je až približne 35 %. Tento odhad môže byť skreslený, pretože vychádza iba z laboratórne potvrdených prípadov a zatiaľ nemožno vylúčiť, že infekcie s ľahkým priebehom sa nedarí systémovo zachytávať.

V decembri 2019 sa objavil nový ľudský koronavírus, ktorý sa rýchlo rozšíril po celom svete. Podľa súčasných vedeckých poznatkov má vyššiu smrtnosť ako dnes už endemické koronavírusy, no podľa všetkého nedosahuje úroveň príbuzných vírusov SARS-CoV alebo MERS-CoV.

Nový koronavírus bol pôvodne pomenovaný 2019-nCoV (2019 novel coronavirus), no v súčasnosti sa už označuje SARS-CoV-2.

V súvislosti s ochorením spôsobeným novým koronavírusom 2019-nCoV šíriacim sa z Číny vyhlásil krízový výbor WHO dňa 30. januára 2020 stav globálnej zdravotnej núdze. Za tento stav označuje WHO situácie či nákazy, ktoré sa môžu šíriť aj do iných krajín a tento typ udalosti si vyžaduje koordinovanú medzinárodnú spoluprácu.

Nákaza koronavírusom SARS-CoV-2 bola na Slovensku prvýkrát zaznamenaná 6. marca 2020 v Bratislavskom kraji.

Podrobnejšie informácie a postupy v súvislosti s vírusom SARS-CoV-2 a ochorením COVID-19 nájdete v [Usmernení hlavného hygienika Slovenskej republiky](#).