

Kedy je potrebné nosiť rúško

Vyhlášku, ktorá nariaďuje prekrytie horných dýchacích ciest, [nájdete tu](#).

Upozornenie: Nižšie uvedené informácie neslúžia ako záväzná interpretácia platnej legislatívy. V prípade rozporu platí výlučne znenie príslušnej vyhlášky, ktorá bola zverejnená [vo vestníku Vlády SR](#).

Platí **zákaz pohybovať sa** v interiéroch budov (s výnimkou vlastnej domácnosti), prostriedkoch hromadnej dopravy a na verejnosti v exteriéroch **bez prekrytia horných dýchacích ciest**.

Ústa aj nos musia byť prekryté **rúškom, respirátorom bez výdychového ventilu, šálom, či šatkou**.

Výnimku z nosenia rúška majú iba:

- detí do 6 rokov veku, (pre deti od 3 do 6 rokov však platí dôrazné odporúčanie, aby mali v interiéri, exteriéri mimo intravilánu obce a prostriedkoch hromadnej dopravy prekryté horné dýchacie cesty)
- osoby v exteriéroch mimo zastavaného územia (intravilánu) obce, pokiaľ sú od ostatných osôb, s ktorými nežijú v jednej domácnosti, vzdialené viac ako 5 metrov,
- osoby so závažnými poruchami autistického spektra,
- osoby so stredným a ťažkým mentálnym alebo sluchovým postihnutím,
- osoby pri výkone športu,
- fotografované osoby na čas nevyhnutný pre výkon procesu fotografovania,
- osoby nevesty a ženícha pri sobáši,
- výkonní umelci pri podávaní umeleckého výkonu a účinkujúci pri nakrúcaní dokumentárneho filmu,
- tlmočníci do posunkovej reči v rámci výkonu povolania,
- zamestnanec, ktorý sa nachádza na pracovisku v interiéri sám.

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

Rúška v exteriéri sa opätovne zaviedli v dôsledku enormne rastúceho počtu pozitívne testovaných na COVID-19. V tejto súvislosti stúpa aj riziko zvýšenej závažnosti ochorení u rizikových skupín populácie a riziko vzniku komunitného šírenia ochorenia Covid-19.

- V súčasnosti neplatia také prísne opatrenia ako pri prvej vlne pandémie a preto vzhľadom na zvýšenú mobilitu ľudí (sú otvorené školy, pracoviská a aj prevádzky) stúpa pravdepodobnosť, že sa na jednom mieste stretne viacero osôb.
- Zatiaľ čo v interiéri možno znižovať riziko nákazy zavedenými opatreniami (najmä zvýšenou dezinfekciou, hygienou, odstupmi a nosením rúšok), v exteriéri je vyššie riziko stretávania sa a interakcií s neznámymi osobami, ktoré nemusia dodržiavať potrebné preventívne opatrenia.
- Nosenie rúšok v exteriéri má znížiť riziko prenosu ochorenia COVID-19. Platí totiž, že čím viac osôb je nakazených, tým rýchlejšie môže nastať komunitný prenos šírenia ochorenia. V rámci komunitného šírenia sa veľmi ťažko vyhľadávajú kontakty a často je sprevádzané veľmi vysokou chorobnosťou, prípadne úmrtnosťou.

Nosenie ochranného štítu

Ochranný štít tváre nie je možné považovať za dostatočné prekrytie horných dýchacích ciest. **Ochranný štít tváre je primárne určený pre ochranu očí. Aj osoby používajúce štít nosia na ochranu dýchacích ciest rúško. Typ redukovaného štítu nechráni ani oči.**

Ochrana dýchacích ciest takýmto štítom pred kvapôčkovou nákazou a aerosólom je len čiastočná, pretože nie je možné utesniť okraje. Bočnými priestormi môže dôjsť k úniku respiračných kvapôčok a aerosólu z vydychovaného vzduchu osoby, ktorá ho nosí a tiež k vniknutiu aerosólu z okolitého vzduchu pod štít a jeho následnému vdýchnutiu.

Naopak, tvárové rúško, ak je nasadené správne, prilieha na pokožku tváre, čím vytvára bariéru medzi dýchacími cestami a okolím a zachytáva prúd kvapôčok. Tvárové rúško je v čase pandémie COVID-19 a aj v čase začínajúcej chrípkovej sezóny kľúčovou ochrannou pomôckou pre všetkých obyvateľov, vrátane rizikových skupín obyvateľstva ako seniori, osoby s chronickými ochoreniami, osoby s oslabenou imunitou a podobne, ktorou zabraňujeme šíreniu nielen nového koronavírusu, ale aj chrípkového vírusu do okolia. Chrípková sezóna totiž situáciu komplikuje. Ak osoba súbežne

ochorie na chrípku a COVID-19, najmä rizikovým skupinám to môže spôsobiť vážne zhoršenie zdravotného stavu.

Nosenie tvárového rúška nespôsobuje kyslíkovú nedostatočnosť a ani nespôsobuje vdychovanie vysokej koncentrácie oxidu uhličitého a nemá dopad na zdravie osoby. Jednorazové i plátenné masky sú porézne, čo umožňuje normálne dýchacie funkcie. Cez tkaninu prekíznú molekuly vzduchu, no podstatne väčšie kvapôčky s vírusom sa zachytia na povrchu rúška.

Použitie tvárového štítu namiesto rúška sa posudzuje v jednotlivých prípadoch – napríklad pri prekladaní do posunkovej reči a podobne.

Aktualizácia dokumentu: 2.11.2020



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