

<http://www.uvzsr.sk/>

http://www.uvzsr.sk/index.php?option=com_content&view=article&id=4132:uvz-sr-vetky-platne-opatrenia-v-suvislosti-s-ochorenim-covid-19&catid=250:koronavirus-2019-ncov&Itemid=153

ÚVZ SR: Všetky platné opatrenia v súvislosti s ochorením COVID-19



Utorok, 01 September 2020 08:00

Pandémia ochorenia **COVID-19** stále pretrváva. **Nosenie rúšok** patrí k jedným z kľúčových preventívnych opatrení. Ďalšími dôležitými krokmi v boji proti ochoreniu COVID-19 sú dôkladné **umývanie rúk** a dodržiavanie dostatočného **sociálneho odstupu**. Dbajme na základné hygienické opatrenia doma, v exteriéri i na pracovisku. Ochorenie COVID-19 môže prenášať i človek, ktorý nemá príznaky. Užitočné informácie nájdete na webe www.korona.gov.sk a v priečinku **COVID-19** na webe ÚVZ SR. Štatistiku k aktuálnemu výskytu ochorenia COVID-19 **nájdete tu**. Štatistiky o výskyte ochorenia COVID-19 vo svete **nájdete tu** a **tu**.

Karanténa

Podrobnosti o režime na hraniciach **nájdete tu**.

V zozname menej rizikových krajín sa od 1. septembra 2020 nachádzajú: Austrália, Cyprus, Česká republika, Čína, Dánsko, Estónsko, Fínsko, Grécko, Írsko, Island, Japonsko, Južná Kórea, Lichtenštajnsko, Litva, Lotyšsko, Maďarsko, Monako, Nemecko, Nórsko, Nový Zéland, Poľsko, Rakúsko, Slovinsko, Spojené kráľovstvo, Švajčiarsko a Taliansko.

Všetkým osobám, ktoré vstúpia na územie Slovenskej republiky, pričom počas predchádzajúcich 14 dní navštívili krajinu neuvedenú v zozname (riziková krajina), sa nariaďuje, aby sa telefonicky alebo elektronicky prihlásili na miestne príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva, ktorý im pomôže zorientovať sa v situácii, oboznámi ho s pravidlami domácej izolácie a zmanažuje testovanie na ochorenie COVID-19.

Jednou z ciest elektronického prihlásenia je vyplnenie formuláru na stránke <https://korona.gov.sk/ehranica/>. Vo formulári, okrem iného, treba uviesť aj svoje telefónne číslo, miesto plánovanej izolácie a ošetrojúceho lekára. Na základe týchto údajov príslušný RÚVZ objedná prichádzajúcich na laboratórnu diagnostiku ochorenia COVID-19.

Izolácia v domácom prostredí je nariadená až do obdržania negatívneho výsledku RT-PCR testu na ochorenie COVID-19. Laboratórnej diagnostike na ochorenie COVID-19 sa musia podrobiť najskôr v piaty deň izolácie. Počas domácej izolácie sa táto nariaďuje i osobám žijúcim s ňou v spoločnej domácnosti.

Ak ste v posledných 14 dňoch navštívili rizikovú krajinu, ktorá **je členom EÚ**, domáca izolácia sa môže skončiť dovŕšením 10. dňa aj bez negatívneho výsledku testovania na ochorenie COVID-19, avšak len vtedy, ak sa počas izolácie neobjavili príznaky respiračného ochorenia. V prípade rizikových krajín, ktoré **nie sú členom EÚ**, táto možnosť neplatí.

Osoby, ktoré od 1. septembra 2020 budú prichádzať z Ukrajiny, sa budú musieť ešte pred prekročením hraníc so Slovenskom zaregistrovať na <http://korona.gov.sk/ehranica> a preukázať sa potvrdením o registrácii príslušníkom policajného zboru pri prekračovaní štátnych hraníc SR. Bez tohto potvrdenia nebudú môcť vstúpiť na územie SR. Občania tretích krajín (krajín mimo Európskej únie) sú následne povinní počas svojho pobytu na území SR byť schopní sa preukázať potvrdením o hore uvedenej registrácii príslušníkom Policajného zboru Slovenskej republiky.

Praktické informácie a kontakty na regionálne úrady verejného zdravotníctva v SR nájdete tu:

Zásady domácej izolácie nájdete tu.

Hromadné podujatia

Opatrenie k organizácii hromadných podujatí nájdete tu.

Všetkým fyzickým osobám, fyzickým osobám – podnikateľom a právnickým osobám sa od 1. septembra umožňuje usporadúvať hromadné podujatia športovej, kultúrnej, spoločenskej či inej povahy v počte **do 500 osôb v jednom okamihu v interiéri a do 1000 osôb v jednom okamihu v exteriéri**.

Hromadné podujatia nad 1000 osôb v jednom okamihu bude možné organizovať v prípade, že všetci účastníci budú v čase začiatku hromadného podujatia disponovať negatívnym výsledkom testu (nie rýchlotestu) na ochorenie COVID-19 nie starším ako 12 hodín.

Organizátor hromadných podujatí je povinný preukázať regionálnemu úradu verejného zdravotníctva v SR v prípade kontroly dodržanie maximálneho povoleného počtu účastníkov. Organizátor teda bude musieť vyhradiť priestor a zabezpečiť kontrolovaný vstup a výstup účastníkov podujatia.

Pri usporadúvaní hromadných podujatí je potrebné dodržiavať nasledovné povinnosti:

- vstup a pobyt v mieste hromadného podujatia umožniť len s prekrytými hornými dýchacími cestami (napríklad rúško, šál, šatka),
- vykonávať častú dezinfekciu priestorov, hlavne dotykových plôch, kľučiek, podláh a predmetov,
- zaistiť pri vstupe do budovy dávkovače na alkoholovú dezinfekciu rúk a dezinfikovať si ruky, resp. zabezpečiť iný adekvátny spôsob dezinfekcie rúk,
- zabezpečiť pri vstupe do budovy oznam o povinnosti, že v prípade vzniku akútneho respiračného ochorenia (napr. horúčka, kašeľ, nádcha, sťažené dýchanie) je osoba povinná zostať v domácej izolácii,
- zverejniť na viditeľnom mieste oznam s informáciou:
 - o ak sa u osoby prejavia príznaky akútneho respiračného ochorenia, je potrebné telefonicky kontaktovať svojho ošetrojúceho lekára a opustiť miesto hromadného podujatia,
 - opravidelne si umývať ruky mydlom a teplou vodou, následne ruky utierať do jednorazových papierových obrúskov,
 - ozákaz podávania rúk,
- pri účasti na hromadnom podujatí a pri príchode a odchode z priestorov hromadného podujatia sa odporúča dodržiavanie rozstupov 2 m medzi osobami, to neplatí pre osoby žijúce v spoločnej domácnosti, partnerov, osoby vykonávajúce športovú činnosť, umelcov vykonávajúcich umeleckú činnosť, osoby usadené v hľadisku podujatí, osoby školiace voči osobám školeným, a iné osoby, ak z účelu hromadného podujatia vyplýva, že tento rozstup medzi zúčastnenými osobami nie je možné dodržať,
- v prípade sedenia, sa odporúča sedenie s výnimkou osôb žijúcich v jednej domácnosti tak, že medzi obsadenými miestami musí ostať vždy jedno miesto neobsadené, pričom sekvenciu obsadenia sedadiel je potrebné v radoch alternovať (šachovnicové sedenie)
- zabezpečiť dostatočné vetranie priestorov
- podmienky sa príslušne aplikujú aj na hromadné podujatia organizované v exteriéri.

Zákaz organizovania hromadných podujatí sa nevzťahuje na zasadnutia a schôdze štátnych orgánov, orgánov územnej samosprávy a zasadnutia (schôdze), ktoré sa uskutočňujú na základe zákona.

Svadobné obrady, pohrebné obrady, bohoslužby a ďalšie náboženské obrady sa môžu konať za dodržania protiepidemických opatrení. Pobyt v priestoroch je možný len s rúškom alebo podobne prekrytými hornými dýchacími cestami (rúška nemusia mať na svadbe ženích a nevesta). Pri vchode je potrebné vydezinfikovať si ruky. Odporúča sa dodržiavať dostatočný rozstup. Ak to možnosti a počasie dovoľí, treba uprednostniť vykonávanie obradov v exteriéri.

V priestoroch treba vykonávať častú dezinfekciu priestorov, hlavne dotykových plôch, kľučiek, podláh a predmetov.

Rúška

konzumáciu nápojov a jedál. Aj tu platia výnimky uvedené vyššie.

- personál musí nosiť rúška a medzi obsluhou jednotlivých stolov si dezinfikovať ruky
- po každom zákazníkovi sa musia dezinfikovať stoly a stoličky
- hygienické zariadenia musia byť vybavené tekutým mydlom a papierovými utierkami, hygienické zariadenia sa musia dezinfikovať každú hodinu
- V prevádzkach verejného stravovania je možné používať kuchynský riad (tanieri, príbory, poháre), ak sa zabezpečí strojové umývanie pri teplote 80°C za použitia vhodného umývacieho prostriedku (podľa § 9 ods. 3 písm. g) vyhlášky MZ SR č. 533/2007 Z.Z. a prípadne aj za použitia vhodného dezinfekčného prostriedku, možné je aj ručné umývanie riadu, pričom sa odporúča pridať pred opláchnutím kuchynského riadu dezinfekčný prostriedok vhodný na daný účel.
- Príbor by nemal byť voľne dostupný pre zákazníkov na stoloch, ale mal by byť prinesený personálom k pokrmu zabalený do papierovej vreckovky.

Obchodné centrá

- V obchodných centrách môžu byť otvorené všetky prevádzky.
- Hygienické zariadenia prevádzky musia byť vybavené tekutým mydlom a papierovými utierkami. Dezinfikovať sa musia každú hodinu.
- V priestoroch určených na konzumáciu pokrmov alebo nápojov platia podmienky pre prevádzky verejného stravovania.

Odporúčané zabezpečenie kvality ovzdušia v budovách

- v priestoroch všetkých prevádzok často a intenzívne vetrať, prednostne prirodzeným vetraním cez otvorené okná (aj v budovách s núteným vetraním),
- pri zabezpečovaní vetrania vzduchotechnickým zariadením sa odporúča zvýšiť výmenu vzduchu vo všetkých priestoroch a zabezpečiť jeho trvalý chod,
- vzduchotechniku nastaviť na nominálny prietok vzduchu cca 2 hodiny pred začiatkom prevádzky a nastaviť na nižší prietok vzduchu cca 2 hodiny po skončení prevádzky; v čase, keď budova nie je používaná, nevypínať vetranie, ale ho udržiavať v prevádzke pri nižšom prietoku vzduchu,
- ak bola vzduchotechnika počas posledných dvoch mesiacov mimo prevádzky, odporúča sa zabezpečiť vetranie priestorov vzduchotechnickým zariadením minimálne 24 hod. pred otvorením prevádzky,
- vyhnúť sa otváraniu okien na toaletách, ak sú odvetrávané núteným vetraním,
- nepoužívať rotačné výmenníky tepla alebo sa uistiť, že nevykazujú netesnosti, ktoré by umožňovali prienik odpadového vzduchu do privádzaného vzduchu,
- prepnúť recirkulačné jednotky na 100 % prívod vonkajšieho vzduchu, ak je to technicky možné,
- nepoužívať čističky vzduchu, ktoré nemajú HEPA filter,
- využívať všetky možnosti podtlakového odvetrávania (ventilátory) v sále, na toaletách aj v kuchynských priestoroch,
- pravidelnú výmenu a údržbu filtrov vykonávať pomocou bežných ochranných opatrení vrátane ochrany dýchacích ciest.

Opatrenia pre taxislužby:

- vodiči aj cestujúci musia mať na tvári rúško alebo iným spôsobom prekryté horné dýchacie cesty
- cestujúcim sa odporúča sedieť na zadných sedadlách
- odporúčame zabezpečiť vhodné oddelenie priestorov vodiča od priestoru pre cestujúceho, ktoré zabráni prieniku aerosólu medzi týmito priestormi
- po každom zákazníkovi vykonať dezinfekciu priestoru pre zákazníkov dezinfekčným prostriedkom s virucídnym účinkom

Služby starostlivosti o ľudské telo:

- zamestnanci týchto prevádzok musia mať rúško
- medzi jednotlivými zákazníkmi treba vydezinfikovať pracovné miesto (stoly, kreslá, umývadlá), tomu treba prispôbiť aj harmonogram prevádzky
- zákazník pri ošetrovaní tváre, strihaní, umývaní vlasov nemusí nosiť rúško

Autoškoly:

Podmienky fungovania zariadení sociálnej starostlivosti určuje Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR v Pláne uvoľňovania opatrení v sociálnych službách v súvislosti s ochorením COVID-19.

Rómske komunity

Plán riešenia COVID-19 v marginalizovaných rómskych komunitách **nájdete tu.**

Potravinové prevádzky, podniky a pracoviská

Všeobecné zásady krízového plánu pre potravinárske prevádzky **nájdete tu.**

Usmernenie k ochranným a bezpečnostným opatreniam na pracovisku **nájdete tu.**

Informácie o ochorení

Usmernenie hlavného hygienika SR v súvislosti s ochorením COVID-19 (charakteristika ochorenia, definícia osôb v kontakte, kritériá laboratórneho testovania osôb, protiepidemické opatrenia, postupy ukončenia domácej izolácie a pod.) **nájdete tu.**

Odporúčané postupy ÚVZ SR pre zber a likvidáciu odpadu vznikajúceho pri testovaní klinických vzoriek rýchlými testami na laboratórnu diagnostiku SARS-Cov-2. **Podrobnosti tu.**

Usmernenie hlavného hygienika SR k operačným a intervenčným výkonom v súvislosti s ochorením COVID-19 počas priaznivej epidemiologickej situácie v SR **nájdete tu.**

Odporúčanie pre kritériá uvoľnenia pacienta z izolácie v domácom prostredí po prekonanej infekcii COVID-19 **nájdete tu.**

ÚVZ SR: Ako vybaviť žiakov do školy rúškami



Streda, 02 September 2020 21:28

Tvárové rúško nás účinne chráni, ak zakrýva ústa aj nosové dierky a je suché. Deti je preto potrebné do školy vybaviť okrem rúška, ktoré má na tvári, aspoň jedným ďalším čistým rúškom v mikroténovom vrecúsku. Rúška môžu byť jednorazové, alebo plátenné (ideálne z bavlny alebo husto tkanej látky). Plátenné rúško má byť vyprané, prípadne vyvarené a z oboch strán vyžehlené suchým teplom. Dieťaťu pribalíte do školskej tašky aj jedno čisté mikroténové vrecúško, do ktorého vlhké rúško odloží (plátenné aj jednorazové). Po návrate zo školy by mal rodič vrecko s jednorazovými rúškami vyhodiť do odpadkového koša ako bežný komunálny odpad. Plátenné rúška je potrebné oparať v práčke aspoň na 60 °C s bežne dostupnými pracími prostriedkami, prípadne vyvariť a následne ožehliť suchým teplom.

Ako správne použiť tvárové rúško

- pred použitím rúška je potrebné očistiť ruky vodou a mydlom alebo dezinfekčným prostriedkom
- rúško je potrebné nasadiť tak, aby priliehalo k tvári a zakrývalo ústa aj nosové dierky: len tak dokážeme účinne chrániť seba a svoje okolie
- minimalizujte dotyk s rúškom počas jeho nosenia
- tvárové rúško je potrebné vymieňať za nové, ak je poškodené, vlhké alebo špinavé
- jednorazové rúška nie sú určené na opätovné používanie

S tvárovým rúškom manipulujeme prostredníctvom gumičiek alebo šnúrok. Rúško neodstraňujeme jeho úchopom na prednej strane, pretože môže byť pokryté patogénmi. Po odstránení tvárového rúška je dôležité umyť si ruky mydlom a vodou, respektíve ich vydezinfikovať. Na dôkladné umývanie a dezinfekciu rúk je potrebné dbať pravidelne počas celého dňa - neumytými rukami sa šíri až 80 % infekcií. Nosením rúšok a hygienou rúk významne bránime nielen šíreniu ochorenia COVID-19, ale aj šíreniu mnohých ďalších akútnych respiračných ochorení, ktorých výskyt sa každoročne výrazne zvyšuje návratom žiakov do kolektívu po prázdninách.

Prečo má nosenie tvárových rúšok význam

Tvárové rúško je kľúčovou ochrannou pomôckou, ktorou zabráňujeme šíreniu nového koronavírusu do okolia. Jeho nosenie má v súčasnosti význam u každého z nás, nielen u osôb s príznakmi respiračného ochorenia, kde rúško priamo zachytáva prúd kvapôčok. Vírus totiž prenáša aj osoba bez príznakov ochorenia, ktorá nemusí vedieť, že je jeho nosičom, no je tiež infekčná.

V prípade ochorenia COVID-19 sú často bezpríznakové aj deti. Radi by sme preto povzbudili verejnosť, aby na nosenie rúšok u detí na začiatku školského roka nazerala ako na dôležitý preventívny krok. Do kolektívu sa naraz vracajú po letných prázdninách státisíce detí a aj preventívnym nosením rúšok na školách vyvažujeme riziko šírenia ochorenia COVID-19 po dovolenkovom období.

Pravidlá nosenia rúšok na školách

Povinnosť preventívneho nosenia rúšok, po dôkladnom zhodnotení epidemiologickej situácie členmi odborného konzília, pribudla počas prvých dvoch septembrových týždňov (2.09.2020 - 14.09.2020) pedagógom a odborným zamestnancom (napr. asistent učiteľa alebo špeciálny pedagóg) a žiakom druhého stupňa základných škôl a študentom stredných škôl v rámci vyučovania. Nosenie rúšok

PREVENCIA COVID-2019

KEDY NOSIŤ TVÁROVÉ RÚŠKO?

- * pri výskyte ochorenia,
- * ak ste zdravý, rúško slúži ako prevencia pred možným ochorením,
- * ak ste v kontakte s podozrivou osobou na infekciu COVID-2019,
- * pri používaní tvárového rúška je dôležité umývať si ruky mydlom a vodou alebo dezinfikovať alkoholovým dezinfekčným prostriedkom.

*Príznaky COVID-19: kašeľ,
horúčka, dýchavičnosť,
bolesť svalov, únava.*

AKO SPRÁVNE POUŽÍVAŤ TVÁROVÉ RÚŠKO?

1. **Pred použitím rúška je potrebné očistiť ruky dezinfekčným prostriedkom alebo vodou a mydlom.**
2. **Rúško nasadiť na tvár tak, aby zakrývalo ústa a nos.** Dbáť na to, aby medzi rúškom a tvárou neboli medzery.
! Na vrchnej časti rúška sa nachádza drôtik, ktorý zabezpečí lepšie zafixovanie rúška k nosu !
3. **Nedotýkať sa rúška počas používania!** Ak ste sa ho dotkli, je potrebné si vydezinfikovať alebo umyť ruky.
4. Tvárové rúško je potrebné vymieňať za nové ak je poškodené, vlhké alebo špinavé. **Jednorazové rúška nie sú určené na opätovné používanie.**

ODSTRÁNENIE TVÁROVÉHO RÚŠKA

1. Tvárové rúško sa odstraňuje tak, že sa chytí v zadnej časti (odviažu sa šnúrkou, alebo sa uchopia gumičky, ktoré fixujú rúško za ušami).
- ! *Tvárové rúško neodstraňujeme tak, že ho chytíme na prednej strane !*
2. Použité rúško sa vyhodí do nádoby, ktorá je uzavretá.
3. Ruky umyť mydlom a vodou alebo vydezinfikovať alkoholovým dezinfekčným prostriedkom.

Pre účinnejšiu prevenciu v boji proti COVID-19 je vhodné používať aj ochranné jednorazové rukavice, ktoré sa využívajú najmä vtedy, ak ideme na miesta, kde je vyšší počet ľudí a chytáme rôzne predmety (nákupný košík, madlá, kľučky...).

Vhodnou dezinfekciou na ruky je alkoholový dezinfekčný prostriedok vo forme gélu alebo roztoku.



Zdroj: World Health Organization