

Na základě současné situace v Itálii a Rakousku zřídil Jihočeský kraj informační telefonní linku pro veřejnost. Na čísle **800 100 450**, která bude dostupná v době od 7 do 17 hodin včetně víkendů, se dozvíte základní informace, které vám pomohou se lépe zorientovat v přijatých opatřeních v rámci České republiky a kraje.

Níže naleznete informace Nemocnice České Budějovice, a.s., které vám jednoduchou formou sdělí, jak se chovat když:

BYL jsem v oblasti nového koronaviru a MÁM projevy respirační infekce (teplota, kašel nebo dušnost)

Rizikový pobyt = předchozích 14 dní v oblasti nákazy novým koronavirem (postižené oblasti se mění dle vývoje epidemiologické situace a je nutné tato místa sledovat na stránkách Krajské hygienické stanice Jihočeského kraje <https://www.khscb.cz/view.php?cisloclanku=2020020016>

- Pokud jste doma, nikam nechodte. Vyhněte se kontaktu s ostatními lidmi,
- Často si myjte ruce mýdlem a vodou. Popřípadě používejte dezinfekční prostředky na bázi alkoholu,
- Při kašli se zakrývejte ústa a nos jednorázovým kapesníkem nebo použijte rukáv, ne ruce!!!
- Telefonicky kontaktujte v pracovní době svého praktického lékaře. Mimo pracovní dobu kontaktujte lékaře na Infekčním oddělení Nemocnice České Budějovice na tel. 387 874 656.
- Pokud jste pozváni k vyšetření na Infekční oddělení, nejezděte hromadným dopravním prostředkem!!! Pokud je to možné, nasadte si ochrannou roušku.

BYL jsem v oblasti s výskytem nového koronaviru a NEMÁM projevy respirační infekce (teplota, kašel nebo dušnost):

- Kontaktujte telefonicky pracoviště protiepidemického odboru Krajské hygienické stanice Jihočeského kraje se sídlem v Českých Budějovicích (KHS) na tel.

387 712 326	387 712 212	387 712 380
387 712 321	387 712 310	387 712 320
387 712 211	387 712 312	387 712 210

- které rozhodne o příslušných protiepidemických opatření včetně karantény. Linky jsou dostupné v úředních hodinách: Po, St 8:00 - 17:00 / Út, Čt, Pá 8:00 - 14:00
- Kontaktujte telefonicky svého praktického lékaře a požádejte ho vystavení potvrzení o nařízení karantény.
- Po celou inkubační dobu – 14 dnů od možné nákazy zůstaňte doma, nikam nechodte. Vyhněte se kontaktu s ostatními lidmi.
- Často si myjte ruce mýdlem a vodou. Popřípadě používejte dezinfekční prostředky na bázi alkoholu.

- Pokud se objeví příznaky jako teplota, kašel, dušnost, kontaktujte telefonicky lékaře Infekčního oddělení Nemocnice České Budějovice na tel. 387 874 656.
- Pokud jste pozváni k vyšetření na Infekční oddělení Nemocnice České Budějovice, nejezděte hromadným dopravním prostředkem!!! Pokud je to možné, nasadte si ochrannou roušku.

Kontaktní čísla, na kterých jsou poskytovány informace

Zelená linka JČK	800 100 450	denně 7:00 – 17:00	Základní informace k situaci a přijatým opatřením
Infekční oddělení Nemocnice Č. Budějovice	387 874 656	mimo pracovní dobu praktického lékaře	Projevy respirační infekce (teplota, kašel, dušnost)
Krajská hygienická stanice JČK	387 712 210 387 712 320	Po, St 8:00 - 17:00 Út, Čt, Pá 8:00 - 14:00	Při návratu z rizikové oblasti
Státní zdravotní ústav	724 810 106	denně 9:00 – 21:00	Rady v souvislosti s koronavirem

Další informace jsou k dispozici:

Státní zdravotní ústav:

<http://www.szu.cz/tema/prevence/2019ncov>

Ministerstvo zdravotnictví:

https://www.mzcr.cz/dokumenty/koronavirus-2019-ncov-informace-pro-obcany_18432_1.html

Ministerstva zahraničních věcí:

https://www.mzv.cz/jnp/cz/cestujeme/aktualni_doporuceni_a_varovani/omezeni_dopravy_koronavirus.html

Krajská hygienická stanice Jihočeského kraje:

<https://www.khscb.cz/view.php?cislocianku=2020020016>



Česká lékárnická
komora

10 ZÁKLADNÍCH ZÁSAD, které lékárníci doporučují dodržovat **v období zvýšeného výskytu** **RESPIRAČNÍCH ONEMOCNĚNÍ**

- 1** Často a důkladně si myjte ruce mýdlem. Pokud si nemůžete ruce umýt, použijte účinný dezinfekční gel. S výběrem vám poradí lékárník.
- 2** Pravidelně otírejte dezinfekčními ubrousky také vlastní předměty, kterých se často dotýkáte – mobilní telefon, tablet, notebook, klávesnici aj.
- 3** Kašlejte a kýchajte do rukávu, šály nebo kapesníku, ne do ruky.
- 4** Používejte jednorázové kapesníky a po použití je vyhodte.
- 5** Snažte se vyhýbat velkým kolektivům.
- 6** Bezpečný odstup ve společnosti jsou asi 2 metry.
- 7** Zůstaňte doma, pokud se necítíte dobře.
- 8** Pokud to nevyžaduje váš zdravotní stav, odložte plánovanou návštěvu lékaře. Eliminujete tak kontakt s nemocnými pacienty v čekárně.
- 9** Zdravého jedince rouška před infekcí koronavirem nechrání, k tomu je nutný respirátor s třídou FFP3. Roušky jsou vhodné pro nemocné a nakažené, aby infekci dále nešířili.
- 10** Nepropadejte zbytečné panice a dodržujte základní hygienická pravidla. V případě nejasností se poraďte s vaším lékárníkem.

Jak snížit riziko nakažení **koronavirem**:



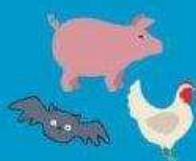
Umývejte si ruce mýdlem a nebo použijte antibakteriální gel s obsahem alkoholu

Při kašli a kýchání si zakrývejte nos a ústa kapesníkem nebo celou paží



Vyvarujte se úzkému kontaktu s osobami, které mají příznaky nachlazení nebo chřipky

Dbejte na dostatečnou tepelnou úpravu masa a vajec



Při kontaktu s volně žijícími či hospodářskými zvířaty používejte ochranné pomůcky



World Health
Organization