

# Dôležité informácie ohľadom koronavírusu

## Prejavy ochorenia

COVID-19 má širokú škálu prejavov ochorení dýchacích ciest:

- od miernych (kašeľ, zvýšená teplota)
- cez závažné (vysoká horúčka, dusivý kašeľ, hnačka, bolesti svalov)
- až po ťažký zápal pľúc a zlyhanie obličiek, ktoré sa môžu končiť smrťou
- Vo väčšine prípadov je priebeh ochorenia len mierny.
- Ťažkým priebehom ochorenia sú najviac ohrození starší ľudia (65+), ľudia s pridruženými chronickými chorobami a s oslabenou imunitou.

## Odporúčania

- Pripomínajte svojim zamestnancom, aby dôsledne dodržiavali osobnú hygienu,
- pravidelne si umývali ruky mydlom a tečúcou vodou po dobu minimálne 20 sekúnd alebo dezinfekčným gélom
- zakrývali si ústa a nos pri kašľaní a kýchaní
- nekýchali do dlaní, ale do laktového ohybu alebo do papierovej vreckovky použitéj vreckovku ihneď vyhodili do uzavretej odpadovej nádoby
- Zabezpečte častejšie čistenie a následnú kontrolu čistoty pracovného prostredia a obzvlášť zdieľaných pracovných prostriedkov (čistenie dotykových povrchov kľučky, mobily, stôl, pracovné náradie a pod.).
- Zvážte udelenie možnosti práce z domu (tzv. home office), pokiaľ Vám to činnosť Vašej spoločnosti umožňuje, pre tých zamestnancov, ktorí javia príznaky prechladnutia alebo ochorenia dýchacieho traktu.
- Rovnako aj pre tých zamestnancov, ktorí sa v posledných týždňoch zdržiavali pracovne alebo služobne v krajinách s výskytom COVID 19.
- Kým sa neujasní epidemiologická situácia, obmedzte služobné cesty zamestnancov do krajín s výskytom COVID 19.
- Na porady a komunikáciu využívajte predovšetkým telekonferenčné prenosy.

Rizikovými krajinami aktuálne sú Taliansko, Čína, Japonsko, Kórea, Singapur, Thajsko, Kambodža, Irán. Čoskoro však k nim môžu pribudnúť: Nemecko, Španielsko, Francúzsko, Spojené kráľovstvo a Švajčiarsko. - Upozornite svojich zamestnancov, aby v situáciách, keď im to ich práca umožňuje, pri stretnutiach s klientmi, partnermi či kolegami zakaždým dodržiavali osobný odstup (najmenej 1 meter), a zbytočne nepodávali ruku ako pozdrav.

V prípade, že zamestnávate cudzincov, všetky dôležité informácie nájdete na stránke Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO) : <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>.

## **Dôležité upozornenie**

Nie každé ochorenie s kašľom, horúčkou, sťaženým dýchaním, bolesťou svalov a kĺbov je automaticky COVID 19. Ak ste neboli v zasiahnutých krajinách, ani ste neboli v kontakte s osobami, ktoré uvedené krajiny navštívili a máte vyššie spomenuté príznaky, ide s veľkou pravdepodobnosťou o iné akútne respiračné ochorenie alebo chrípku.

Všetky ďalšie dôležité informácie nájdete na internetovej stránke [www.dovera.sk](http://www.dovera.sk), prípadne [www.procare.sk/koronavirus](http://www.procare.sk/koronavirus).

Na čísle 02/32 32 38 38 vám 24 hodín denne poradia, ako ďalej postupovať, ak máte príznaky respiračného ochorenia.