



## SARS-CoV-2

Koronaviry mohou člověka infikovat a způsobit mu různá onemocnění: **od běžných nachlazení až po infekce se závažným průběhem**, jako jsou MERS nebo SARS.

SARS-CoV-2 je přenosný z **člověka na člověka**. Jsou známy i případy, kdy se osoby nakazily od nakažených, kteří měli pouze nespecifické příznaky.

Odborníci vycházejí z předpokladu, že k přenosu dochází primárně prostřednictvím **kapének** a **aerosolů**.

## Důležité pojmy

**Osoba podezřelá z nákazy:** Osoba, u které se předpokládá, že vstřebala patogeny, aniž by byla nemocná, podezřelá z nemoci nebo přenašečem.

**Přenašeč:** Osoba, která vylučuje patogeny a může tak být zdrojem nákazy pro ostatní, aniž by byla sama nemocná či z nemoci podezřelá.

U **SARS-CoV** a **MERS-CoV** v minulosti došlo ke vzniku velkých ohnisek.

**COVID-19** je název nemoci vyvolané SARS-CoV-2.

**Karanténa** slouží vaší ochraně i ochraně nás všech před nákazou novým koronavirem. Jde o časově omezené oddělení osob podezřelých z nákazy nebo osob, které mohou virus přenášet. Karanténa **by měla zabránit šíření onemocnění**.

## Právní ustanovení

Podkladem pro nařízení karantény je § 30 zákon o ochraně před infekcemi (Infektionsschutzgesetz, §30 IfSG).

**Výdělečně činné osoby, u kterých v důsledku nařízené karantény dojde k ušlému zisku, mají zpravidla nárok na finanční odškodnění. Kontaktní osobou je v tomto případě úřad, který nařízení vydal.**

Mějte prosím na paměti: Porušení nařízené karantény lze trestat finanční pokutou i formou odnětí svobody!

Státním příslušníkům ostatních zemí také doporučujeme, aby o nařízené karanténě informovali velvyslanectví své země.

Razítka/kontakt

Další informace



[www.rki.de/covid-19](http://www.rki.de/covid-19)



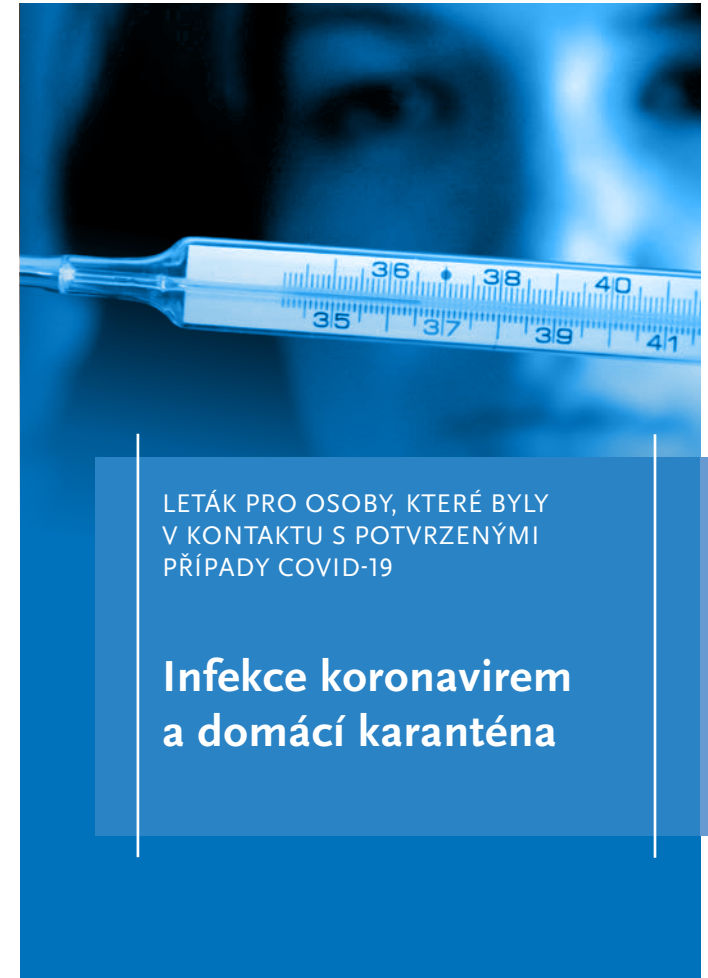
[www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)

Překlad provedla

Spolková centrála pro zdravotnickou osvětu (BZgA). | Vydavatel: Robert Koch-Institut, Berlín, 2021 | Redakce: Informationsstelle des Bundes für Biologische Gefahren und Spezielle Pathogene (IBBS), Fachgebiet 14 – Angewandte Infektions- und Krankenhaushygiene | Grafika: [www.goebel-groener.de](http://www.goebel-groener.de) | Titulní foto: Gina Sanders – stock.adobe.com | Tisk: RKI-Hausdruckerei



Robert Koch-Institut je spolkový institut v rezortu spolkového ministerstva zdravotnictví



LETÁK PRO OSOBY, KTERÉ BYLY V KONTAKTU S POTVRZENÝMI PŘÍPADY COVID-19

**Infekce koronavirem a domácí karanténa**

## Zůstaňte doma

Karanténa je důležitá. Slouží k vaší ochraně i ochraně nás všech před nákazou novým koronavirem a měla by bránit šíření onemocnění. Opatření bylo nařízeno příslušným úřadem – zpravidla vaší hygienickou stanicí (Gesundheitsamt). Bylo přesně určeno, na jak dlouho do karantény jdete. Opatření však nekončí automaticky, ale teprve tehdy, když jej příslušný úřad opět uvolní.

Patříte k těm, u nichž panuje podezření z nákazy, aniž byste byli sami nemocní nebo z nemoci podezřelí.

U COVID-19 se přijímají karanténní opatření, protože toto onemocnění může mít podobně těžký průběh jako onemocnění SARS<sup>1</sup> a MERS<sup>2</sup> rovněž způsobená koronaviry. Šíření COVID-19 v populaci však probíhá snadněji a rychleji.

**Přesné dodržování karantény a hygienických opatření je velmi důležité** – i když žádné potíže nepocítujete. **Chráníte tak sami sebe i ostatní.**

**Ochranná opatření:** před přenosem nového koronaviru může chránit dodržování nařízení ohledně kašlání a kýchání a dodržování dobré hygieny rukou a odstupu.



## Vyhledejte podporu

### Lékařská péče:

- ▶ Potřebujete-li nutně léky či lékařské ošetření z důvodu jiného či stávajícího onemocnění, kontaktujte svého praktického či odborného lékaře.
- ▶ Uveďte, co potřebujete a že se nacházíte v karanténě.
- ▶ V případě zdravotních problémů, které by mohly vést k nedodržení karantény, kontaktujte hygienickou stanicí.



**Neprodleně kontaktujte příslušnou hygienickou stanicí, pokud se cítíte nemocní nebo máte tyto symptomy:** kašel, rýmu, dušnost infekčního původu, horečku.  
[www.rki.de/mein-gesundheitsamt](http://www.rki.de/mein-gesundheitsamt)



V případě život ohrožujících akutních onemocnění, otrav či těžkých zranění **volejte záchrannou službu (112). Při volání záchranky dbejte na všeobecně platná pravidla a uveďte, že se nacházíte v karanténě!**

### Zásobování potravinami:

- ▶ Poproste o pomoc rodinné příslušníky, přátele či sousedy. Potraviny mohou jednoduše nechat za vašimi dveřmi.
- ▶ Podporu nabízejí případně také hasiči, Spolková agentura pro technickou pomoc (THW) nebo dobrovolníci v rámci obce.



## Děti v karanténě

Jsou-li do karantény umístěny děti, nelze vždy všechna hygienická opatření dodržovat. Děti, zejména děti malé, které jsou v karanténě, potřebují péči a pozornost svých rodičů/rodinných příslušníků.



- ▶ Snažte se hygienická pravidla dodržovat co možná nejdůsledněji a najít pro svou situaci individuální řešení.
- ▶ Další otázky zodpoví v případě potřeby příslušná hygienická stanice.

## Pečujte o duševní zdraví

Karanténu mohou provázet psychosociální problémy. Patří sem například obavy a starosti z nakažení, pocit vyčlenění ze společnosti, osamělost, psychické napětí nebo poruchy spánku.

- ▶ I když nesmíte být v přímém kontaktu s dalšími osobami, zůstaňte s přáteli a rodinnými příslušníky ve spojení telefonicky, po internetu nebo pomocí jiných prostředků.
- ▶ Zvažte, co by vám mohlo v zátěžových situacích dále pomoci.
- ▶ Využijte dostupné telefonické nabídky pomoci, např. linku psychologické pomoci nebo krizové služby.
- ▶ I v domácí karanténě využijte možnosti sportovat (např. na rotopedu, nebo provádějte jednoduché gymnastické cviky). Zůstanete tak fit a budete snáze čelit stresu.



<sup>1</sup> Severe Acute Respiratory Syndrome (Těžký akutní respirační syndrom)

<sup>2</sup> Middle East Respiratory Syndrome (Blízkovýchodní respirační syndrom)