

Zdraví a bezpečnost našich fanoušků, hráčů a zaměstnanců je naší nejvyšší prioritou. ČBF konzultovala a bude dále v kontaktu s příslušnými úřady a specialisty na infekční choroby možná opatření. Naše organizace nejen komunikuje, ale také se řídí doporučeními zdravotních úřadů státní a místní správy. Situaci nadále pečlivě sledujeme.

Jak se COVID-19 šíří?

Šíření mezi lidmi

- Virus se šíří hlavně z člověka na člověka.
- Mezi lidmi, kteří jsou ve vzájemném úzkém kontaktu (asi do 2 metrů).
- Dýchacími kapičkami vznikajícími, když infikovaná osoba kašle nebo kýchá.
- Tyto kapičky mohou přistát na sliznicích a následně jsou vdechovány do plic.

Může někdo šířit virus, aniž by byl nemocný?

Nemocní lidé nebo lidé se sníženou imunitou jsou nejvíce ohroženou skupinou.

Šíření viru je možné dříve, než se u člověka projeví příznaky.

Šíření viru kontaktem s infikovanými povrchy nebo objektem.

Je možné, že člověk může získat COVID-19 dotykem povrchu těla nebo předmětu, na kterém je virus, a následným dotykem například vlastních úst, nosu nebo třeba očí. Nepovažuje se to ale za hlavní způsob šíření viru.

Jak snadno se virus šíří

Jak snadno se virus šíří z člověka na člověka, se může lišit. Některé viry jsou vysoce nakažlivé (snadno se šíří), jako spalničky, zatímco jiné viry se nešíří tak snadno. Dalším faktorem je, zda je šíření viru kontinuální, bez zastavení. Zdá se, že virus způsobující COVID-19 se šíří snadno a udržuje se dlouho v komunitě („komunitní šíření“), v některých zasažených geografických oblastech je pak nákaza pravděpodobnější.

Příznaky:

- Horečka
- Kašel
- Dýchavičnost

Prevence

Národní a mezinárodní organizace doporučují níže uvedená opatření, aby se zabránilo šíření choroboplodných zárodků:

- Myjte si často a důkladně ruce mýdlem a vodou po dobu nejméně 20 sekund, zejména když přijдете domů, po použití toalety, před jídlem; a poté, co jste měli ruce před nosem či ústy a kašlali jste nebo kýchali.
- Pokud mýdlo a voda nejsou snadno dostupné, použijte ruční dezinfekční prostředek na bázi alkoholu s nejméně 60% alkoholu. Pokud jsou ruce viditelně špinavé, vždy si umyjte ruce mýdlem a vodou.
- Nedotýkejte se očí, nosu a úst.
- Minimalizujte podávání rukou při pozdravu.
- Minimalizujte líbání na tváře při pozdravu.
- Vyvarujte se úzkého kontaktu s nemocnými lidmi.
- Ujistěte se, že máte platná všechna běžná očkování, včetně vakcíny proti chřipce.

- Když jste nemocní, zůstaňte doma a kontaktujte lékaře. Řiďte se pokyny státu.
- Pokud máte horečku, nechoďte do zaměstnání.
- Pokud máte horečku déle než 24 hodin, kontaktujte lékaře.
- Návrat do práce jen na doporučení lékaře.
- Při kašláním a kýcháním používejte přednostně jednorázové kapesníky, které poté vyhoďte do odpadkového koše.
- Čistěte a dezinfikujte často předměty a povrchy, kterých se často dotýkáte, pomocí běžného domácího čisticího spreje, nebo je alespoň často otírejte.
- Postupujte podle doporučení úřadů při používání obličejové masky.
- Masky by měly primárně používat lidé, kteří vykazují příznaky COVID-19, aby zabránili šíření nemoci na ostatní. Používání obličejových masek je také zásadní pro zdravotnické pracovníky a lidi, kteří se starají o někoho v blízkém okolí (doma nebo ve zdravotnickém zařízení).
- Věnujte zvýšenou pozornost dostatečnému a kvalitnímu spánku, pitnému režimu, odpočinku, jezte stravu bohatou na vitamíny, ovoce, zeleninu.
- Snažte se být psychicky vyrovnaní. Nastavení mysli má vliv i na tělo.

Odhad rizika

V současné době bude mít většina lidí v České republice střední bezprostřední riziko expozice tomuto viru. Tento virus se ale v současné době široce šíří v zemích, které jsou blízko ČR a jsou také často navštěvovanými destinacemi českými občany. WHO vyhlásila pandemii. Jedná se o rychle se vyvíjející situaci a hodnocení rizik bude podle potřeby aktualizováno.

Současné posouzení rizik:

- Pro většinu české veřejnosti je okamžité zdravotní riziko COVID-19 považováno za střední.
- Lidé v komunitách, které jsou virem nakaženi, se mají řídit pokyny státu a naší organizace. Samozřejmostí jsou preventivní kroky, výše v textu.
- Zdravotní personál pečující o pacienty s COVID-19 je vystaven zvýšenému riziku expozice.
- Osoby, které jsou v kontaktu s osobami infikovanými COVID-19, jsou také vystaveny zvýšenému riziku expozice.
- Cestující, kteří se vrací z postižených mezinárodních lokalit, kde se COVID-19 rozšířil do komunity, jsou rovněž vystaveni zvýšenému riziku expozice.

Zdroje:

Nejnovější informace o Coronaviru naleznete na následujících odkazech:

www.who.org - Světová zdravotnická organizace (WHO) -

http://www.mzcr.cz/dokumenty/koronavirus-2019-ncov-informace-pro-obcany_18432_4122_1.html

<http://www.msmt.cz/informace-pro-skoly-ke-koronaviru>

<https://www.vlada.cz/cz/media-centrum/aktualne/aktualni-informace-ke-koronaviru-2019-ncov-179250/>

