

## **Odporúčania pre športovcov** prichádzajúcich z Oblasí výskytu Ochorenia COVID-19

Koronavírus spôsobujúci ochorenie COVID-19 bol identifikovaný v Číne na konci roka 2019, predstavuje nový kmeň vírusu, ktorý u ľudí nebol doposiaľ známy. Ochorenie patrí medzi kvapôčkovú infekciu. Odhadovaný inkubačný čas ochorenia je 2 až 14 dní.

Príznaky ochorenia

- horúčka
- bolesť svalov
- kašeľ
- bolesť hlavy
- sťažené dýchanie
- únava - ak ste sa vrátili zo zasiahnutých oblastí ▪ kontrolujte svoj zdravotný stav počas inkubačného času – 14 dní po návrate
- dbajte na dôkladnú hygienu rúk, zvýšenú dezinfekciu povrchov v domácnosti, kašlite a kýchajte do papierových vrecko-viek, ktoré potom zahodíte do koša. Ak sa dá, obmedzte návštevy priestorov s vyšším počtom ľudí
- ak sa u vás počas 14 dní objavia príznaky ako kašeľ, horúčka, sťažené dýchanie, bolesť hrdla, hlavy, kĺbov, telefonicky kontaktujte svojho lekára alebo lekársku pohotovostnú službu a informujte ich o svojom pobyte v rizikovej oblasti
- v prípade, že lekár vysloví podozrenie z nákazy, pošle vás na infektologické pracovisko, ktoré určí ďalší postup liečby
- ak ste bez príznakov, a napriek tomu máte podozrenie na nákazu novým koronavírusom, môžete z vlastného rozhodnutia podstúpiť domácu izoláciu po dobu 14 dní