



27621/2020/KHK



KJKHK-9130/H/2020

Královéhradecký kraj

PhDr. Jiří Štěpán, Ph.D.

hejtman

Hradec Králové 3. března 2020

Vážená paní starostko, vážený pane starosto,

na základě doporučení Krajské hygienické stanice Královéhradeckého kraje Vám zasíláme informace k problematice výskytu koronaviru v Evropě.

Prosíme o zveřejnění těchto materiálů na informačních kanálech Vašeho města či obce (na nástěnkách, webových či facebookových stránkách apod.)

Dále Vás prosíme o informování zaměstnanců, kteří vycestovali nebo hodlají vycestovat do rizikové oblasti nákazy koronavirem, aby po svém příjezdu kontaktovali Krajskou hygienickou stanici KHK prostřednictvím e-mailu koronavirus@khshk.cz.

Podle doporučení vládních představitelů všechny vyzýváme ke zvážení cest do zahraničí. Pokud organizujete či se podílíte na organizaci zahraničního zájezdu do rizikové oblasti, měli byste zohlednit Vaši odpovědnost za tuto akci, její průběh či případné následky.

S úctou

JAK SI SPRÁVNĚ MÝT RUCE

Mytí rukou je základním preventivním opatřením proti šíření infekčních nemocí.

Ruce si myjte 15-30 sekund dezinfekcí nebo 40-60 sekund tekutým mýdlem



1. Navlhčete si ruce pod tekoucí vodou.



2. Naneste dostatečné množství mýdla do dlaně.



3. Krouživým pohybem třete ruce dlaní o dlaň.



4. Položte dlaň pravé ruky na hřbet levé ruky. Zaklesněte prsty. Třete pravou dlaní o hřbet levé ruky. Pak ruce vyměňte.



5. Dejte ruce dlaněmi k sobě. Zaklesněte prsty. Třete dlaněmi o sebe ze strany na stranu.



6. Zaklesněte ohnuté prsty do sebe. Třete hřbet prstů pravé ruky o dlaň ruky levé a naopak.



7. Třete krouživým pohybem levý palec v sevřené pravé dlaní. Pak ruce vyměňte.



8. Třete dlaň levé ruky obousměrnými krouživými pohyby sevřených prstů pravé ruky. Pak ruce vyměňte.



9. Opláchněte ruce pod tekoucí vodou a pečlivě osušte jednorázovým ručníkem.

CESTUJETE DO RIZIKOVÉ OBLASTI NÁKAZY KORONAVIREM?

PO NÁVRATU NEMÁTE
ZDRAVOTNÍ OBTÍŽE
KONTAKTUJTE KRAJSKOU
HYGIENICKOU STANICI
NA E-MAIL

koronavirus@khshk.cz

NEBO NA TEL. ČÍSLE
495 058 111

PO NÁVRATU MÁTE
ZDRAVOTNÍ OBTÍŽE
IHNEDE KONTAKTUJTE
KLINIKU INFEKČNÍCH NEMOCÍ
NA TEL. ČÍSLE

601 130 894

NEBO **721 417 310**

KRÁLOVÉHRADECKÝ
KRAJ



www.khshk.cz



JAK SNÍŽIT RIZIKO NAKAŽENÍ KORONAVIREM



Často si myjte ruce vodou a mýdlem nebo antibakteriálním gelem s obsahem alkoholu.



Nedotýkejte se očí, nosu a úst neumytýma rukama.



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



Zůstaňte doma, pokud máte příznaky i mírné respirační infekce.



Při kašli a kýchání si zakrývejte ústa papírovým kapesníkem, který po použití odhodte do odpadu. Nemáte-li kapesník, použijte rukáv předloktí.



Pokud máte teplotu, kašel a potíže s dýcháním, zůstaňte doma a telefonicky kontaktujte svého praktického lékaře. Lékaři sdělte, zda jste v posledních 14 dnech před prvními příznaky onemocnění cestovali do oblasti s výskytem koronaviru nebo zda jste byli v kontaktu s nakaženým koronavirem.



Chirurgické roušky zdravé osoby před infekcí neochrání. Ústenky jsou vhodné pro osoby, které mají příznaky respirační infekce k zamezení šíření na ostatní osoby.

Máte dotaz ohledně koronaviru? Volejte
Infolinku Státního zdravotního ústavu

724 810 106
725 191 367



V PROVOZU
NONSTOP

„Jsme připraveni reagovat v případě výskytu nákazy v našem regionu. Spolupracujeme s hygieniky, lékaři a složkami IZS. Věřím ve společenskou odpovědnost všech občanů – v tuto chvíli je především nutné zachovat chladnou hlavu a dodržovat základní hygienická pravidla.“

**Jiří Štěpán, hejtman
a předseda bezpečnostní rady kraje**

„Chování obyvatelstva bude jedním ze základních preventivních prvků. Pro další dění bude nejdůležitější, aby lidé dodržovali doporučená opatření.“

**Ivan Kučera,
ředitel Krajské hygienické stanice
Královéhradeckého kraje**