

# ODPORÚČANIA PRI CESTOVANÍ V SÚVISLOSTI S COVID-19

V súčasnosti je severná pologuľa (a Čína) uprostred zimnej sezóny, v ktorej sa vo väčšej miere šíria chrípka a iné infekcie dýchacích ciest. Pri rozhodovaní o zavedení vstupného skríningu, musia vziať krajiny do úvahy, že príznaky naznačujúce infekciu respiračného traktu, môžu byť dôsledkom aj iných infekčných ochorení ako COVID-19.

Riziko nakazenia sa vírusom COVID-19 môžete ďalej znížiť udržiavaním vzdialenosti od veľkých skupín ľudí a umývaním rúk po kontakte s vysokorizikovými predmetmi, ako sú napr. zásobníky používané na kontrolných stanovištiach letísk, s ktorými manipuluje veľké množstvo ľudí.

## **Ak musíte cestovať:**

- Vyvarujte sa kontaktu s chorými ľuďmi.
- Nedotýkajte sa vašich očí, nosa alebo úst neumytými rukami.
- Ruky si často umývajte mydlom a vodou najmenej po dobu 20 sekúnd alebo pomocou dezinfekčného prostriedku
- na ruky s obsahom etanolu.

## **Ak ste navštívili rizikové krajiny:**

- Sledujte svoj zdravotný stav.
- Vyhýbajte sa masovým podujatiam.
- Zvážte domácu izoláciu po dobu minimálne 14 dní.

## **Ak sa u vás prejavili prvé symptómy:**

- Zavolajte svojmu všeobecnému lekárovi (alebo RÚVZ) a telefonicky odkomunikujte svoje podozrenie.
- Sledujte zmeny vášho zdravotného stavu.
- Dodržiavajte všetky preventívne opatrenia proti šíreniu vírusu na zdravých jedincov vo vašom okolí.

## **VIAC INFORMÁCIÍ ZÍSKATE NA:**

[www.health.gov.sk](http://www.health.gov.sk)  
[www.uvzsr.sk](http://www.uvzsr.sk)  
[www.standardnepostupy.sk](http://www.standardnepostupy.sk)

