

Coronavirus (Covid19) Rada

ČESKY / CZECH

COVID-19 je nová nemoc, která může napadnout Vaše plíce a dýchací cesty. Je způsobena virem nazvaným coronavirus.

Pokud máte:

- Vysokou teplotu (cítíte horkost na dotek na prsou či na zádech)
- Nový dlouhodobý kašel (to znamená, že máte potřebu neustále kašlat)

měli by jste zůstat doma.

Jak dlouho mám zůstat doma, pokud mám příznaky nákazy?

- Pokud máte příznaky, musíte zůstat doma minimálně 7 dní.
- Pokud žijete s dalšími lidmi, tito lidé musí zůstat doma minimálně 14 dní, aby se zamezilo šíření infekce mimo domácnost
- Po 14 dnech, kdokoli kdo s Vámi bydlí a nemá příznaky, se může vrátit k normálnímu dennodennímu životu, včetně Vás samotných.
- Ale pokud osoba z Vaší domácnosti dostane příznaky nákazy, tak tato osoba musí zůstat doma dalších 7 dní ode dne, kdy ji příznaky nákazy začali. A to i v případě, že tato osoba už byla doma předešlých 14 dní.
- Pokud žijete s osobou, která je starší 70ti let, nebo má dlouhodobou nemoc, nebo je těhotná a nebo má sníženou imunitu, pokuste se najít takově osobě jině bydlení alespoň na 14 dní.
- Pokud celá domácnost zůstává uzavřena doma, pokuste se být odděleni od sebe co nejdále.

Rada pro ty, kteří musí zůstat doma:



Nechodte do práce, do školy, k doktorovi, do lékárny a nebo do nemocnice.



Používejte odděleně koupelny nebo očištěte ihned po použití



Vyhýbejte se kontaktu s lidmi.



Nechte si jídlo a léky přivést k Vám domů



Nepřijímejte návštěvy.



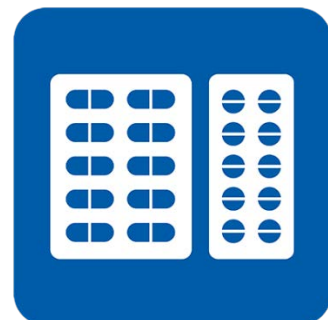
Pokud možno spěte sami.



Pravidelně si umývejte ruce.



Pijte hodně vody



Užívejte paracetamol ke ztlumení příznaků.

Kdy má kontaktovat zdravotnictví NHS na čísle 111?

- Pokud se cítíte nemocní natolik, že nejste schopni například dívat se na televizi, použít telefon, číst a nebo vstát z postele
- pokud cítíte, že nejste schopni zvládnout Váše příznaky sami doma
- pokud se Váš zdravotní stav zhoršuje
- pokud se Váše příznaky nezlepší po 7 dnech

Jak zkontaktovat zdravotnickou službu NHS 111?

Můžete použít [NHS 111 online coronavirus service](#), kde najdete informace, jak postupovat dále, Pokud nemáte přístup k internet, volejte zdarma telefonní číslo 111, kde si můžete vyžádat tlumočnicka ve Vašem mateřském jazyce.

Co se stane pokud se obávám o můj imigrační status?

Veškerá pomoc ze zdravotnické služby týkající se koronaviru je zdarma pro všechny bez ohledu na imigrační status ve Velké Británii. A to včetně testování a léčby na koronavirus, třebaže výsledek testování je negativní. NHS nemocnice byly informovány, že testované či léčené osoby na koronavirus nebudou kontrolovány v rámci imigračního statusu.

Jak můžu pomoci zamezit šíření koronaviru?

- Nejméně po dobu 20 sekund si pravidelně umývejte ruce mydlem a vodou
- Následujte radu o tom zůstat doma

Taty rady jsou poskytnuty na základě rad ze státního zdravotnictví NHS a jsou určeny všem osobám žijícím ve Velké Británii bez ohledu na zemi jejich původu. Pro více informací:

- NHS Guidance: <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/>
- WHO Guidance: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>