

### **Jak probíhá karanténa?**

*Přiblížila ředitelka Krajské hygienické stanice Ústeckého kraje Lenka Šimůnková.*

Pokud lékař či hygienik nařídí člověku karanténu, znamená to pro dotyčného přerušeni veškerého společenského života. Zvláště přísná musí být karanténa v případě, že se infekce přenáší vzduchem kapénkami, jako je tomu u nemoci COVID-19. V takovém případě člověk nesmí chodit do práce, školy nebo do dětského kolektivu. Nesmí ale večer ani nikam za sportem, do divadla, do kina, do hospody nebo na návštěvu přátel. Musí se zdržovat jenom a pouze doma

### **Nákupy a doručování potravin**

Protože člověk v karanténě nesmí opustit svůj byt, měl by si zařídit, jak a kdo ho bude zásobovat potravinami. Nejlepším řešením proto je, požádat rodinu nebo si nákup objednat přes internetové rozvázkové služby. I samotná předávka tašek s nákupem by měla mít svá pravidla. V nejlepším případě by měl zákazník zaplatit dopředu s tím, že mu kurýr nákup nechá přede dveřmi. Nejde ani tak o kontaminaci nějakých tašek, jako spíš o přímý kontakt člověka s člověkem třeba při mluvení nebo při pobytu v jedné místnosti.

### **Můžu jít vyvenčit psa?**

V případě, že člověk, který je v karanténě, vlastní domácího mazlíčka a není nikdo jiný, kdo by ho mohl vyvenčit, může se s ním podle hygieničky vydat na velmi krátkou procházku do nejbližší vzdálenosti. Ta by ale měla proběhnout v době, kdy je venku co nejméně lidí. Od druhé osoby, potkáte-li se, vždy udržujte odstup minimálně 1 – 2 metry!

### **Společná domácnost**

Karanténa se ukládá lidem, kteří byli v kontaktu s nemocným člověkem, nebo pobývali v rizikové oblasti. Ti poté musí mít svoji oddělenou místnost, ve které mohou čas po celou dobu karantény strávit. Hygienička připomíná, že lidé musí také dodržovat oddělené používání koupelny a WC a po použití je vždy vydezinfikovat. „Nesmí také zapomínat na to, že při splachování záchodu se musí uzavírat poklop, aby se aerosol nedostal do vzduchu,“ řekla hygienička.

## **Karanténa a rodina**

Primárně by se měla rodina, jejíž člen se vrátil z rizikové oblasti, snažit o vyčlenění místnosti pro potřeby karantény a úplně tak minimalizovat s rodinným příslušníkem kontakt. „Pokud nelze v domácnosti oddělit osoby, které jsou v karanténě a které ne, individuálně to posuzuje hygienik.“

### **Jiné zdravotní obtíže**

Pokud by se v době karantény vyskytly zdravotní obtíže, které s koronavirem nesouvisí, zásadně nikdy nepodnikajte vlastní kroky a kontaktujte telefonicky svého lékaře.

**NECHOĎTE Z VLASTNÍHO ROZHODNUTÍ K JINÝM LÉKAŘŮM ČI DO NEMOCNICE !!!**

Rubrika: [Epidemiologie a cestovní medicína](#), [Koronavirus](#) | Autor: [SPL ČR](#) | Typ dokumentu: [ČLÁNEK](#), [DOPORUČENÍ](#)