



Doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR k používání některých ochranných prostředků

Světová zdravotnická organizace (WHO) vydala několik materiálů, ve kterých podrobně informuje o používání ochranných prostředků a opatření v souvislosti s ochranou před nákazou a šířením COVID - 19. Zde je v bodech stručné shrnutí důležitých faktů:

- Pravidelně a důkladně si umývejte a desinfikujte ruce prostředky na bázi alkoholu.
- Nedotýkejte se očí, nosu a pusy.
- Pokud kýcháte nebo kašlete, vždy do jednorázového kapesníku, který následně zahodíte. Pokud kapesník nemáte, použijte alespoň rukáv.
- Pokud máte respirační obtíže, noste roušku a umyjte si ruce po každém jejím sundání.
- Dodržujte minimální vzdálenost osob na veřejnosti, alespoň 1 m.
- Nošení lékařských roušek je WHO indikováno u osob s klinickými příznaky respiračního onemocnění z důvodu zamezení dalšího šíření nákazy do okolí. Řada zemí vyžaduje nošení u všech osob.
- Používání lékařských roušek je jistě jedno z důležitých preventivních opatření, které pomáhá omezit šíření některých respiračních onemocnění, včetně COVID – 19. Přesto pouhé používání roušky bez dalších opatření je nedostatečné. V případech, kdy je nošení roušky indikováno, musí být toto opatření kombinováno s dostatečnou hygienou a častým mytím rukou.
- Nošení roušek může podporovat falešný pocit bezpečí, proto nezapomínejte na hygienu rukou!
- Kapacity výrobců jednorázových lékařských roušek rozhodně nejsou dostatečné, aby každý člověk na zemi mohl roušku nosit a denně střídát. Proto by lidé bez klinických příznaků rozhodně neměli bezdůvodně používat lékařské roušky, anebo respirátory, ale chránit sebe a především okolí jiným vhodným způsobem, například látkovými rouškami pro opakované použití. Pokud budou lidé, kteří nemusí, nosit lékařské roušky a respirátory, existuje možnost, že jich nebude dost pro ty, kteří je opravdu potřebují.
- WHO doporučuje, aby lékařští pracovníci, kteří pečují v přímém kontaktu o nakažené pacienty, používali tyto ochranné pomůcky: ochranný plášť, rukavice, lékařskou roušku a ochranu očí.
- WHO dále doporučuje, používat respirátory (N95, FFP2 nebo obdobného, nebo vyššího standardu) pouze v případě lékařských nebo podobných pracovníků, kteří by mohli přijít do kontaktu s kontaminovaným aerosolem (například lékařská vyšetření nebo zákroky jako jsou tracheální intubace, tracheostomye, bronchoskopie, kardiopulmonární resuscitace atd.)
- Posouzení zda použít k zakrytí obličeje „obyčejnou“ látkovou roušku nebo šátek, lékařskou roušku, anebo respirátor, závisí na zhodnocení rizikovosti prostředí, ve kterém se

