<https://www.uvzsr.sk/index.php?option=com_content&view=article&id=5098:odporuania-hlavneho-hygienika-sr-na-prevenciu-a-zamedzenie-irenia-ochorenia-covid-19&catid=250:koronavirus-2019-ncov&Itemid=153>

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Odporúčania hlavného hygienika SR na prevenciu a zamedzenie šírenia ochorenia COVID-19 | [Tlačiť](https://www.uvzsr.sk/index.php?view=article&catid=250:koronavirus-2019-ncov&id=5098:odporuania-hlavneho-hygienika-sr-na-prevenciu-a-zamedzenie-irenia-ochorenia-covid-19&tmpl=component&print=1&layout=default&page=&option=com_content&Itemid=153) | [E-mail](https://www.uvzsr.sk/index.php?option=com_mailto&tmpl=component&link=140576b1a0784f45456a0284da0bb7b7566972a4) |

|  |
| --- |
| Štvrtok, 31. marec 2022 12:13 |
| Zrušenie plošných obmedzení prevádzok a hromadných podujatí v praxi znamená, že za ochranu vlastného zdravia a zdravia svojich najbližších musí prevziať zodpovednosť každý jeden z nás. Okrem zaočkovania sa proti COVID-19 (vrátane dôležitej posilňujúcej dávky) a povinného nosenia respirátora v rizikových situáciách preto naďalej odporúčame priebežne dodržiavať aj vybrané postupy, ktoré boli dlhodobo súčasťou stratégie prevencie šírenia nákazy v každodennom živote.  Početné opatrenia, ktoré sa nachádzali vo vyhláškach ÚVZ SR, už od istého času nie sú povinné. V čase, kedy však stále pretrvávajú vysoké denné prírastky nových prípadov ochorenia, má ich dodržiavanie naďalej význam, a preto ich Úrad verejného zdravotníctva SR zapracoval do odporúčaní hlavného hygienika SR. Zvýšený hygienický štandard je totiž relatívne jednoduchou cestou, ako znižovať riziko nákazy a šírenia ochorenia COVID-19, ako aj iných respiračných infekcií.  Jednotlivé postupy majú odporúčací charakter a pomôžu vám znižovať riziko infekcie v špecifických situáciách či prevádzkach*.*  **Všeobecné odporúčania pre hromadné podujatia**  Pre výkon hromadných podujatí v interiéri a exteriéri sa odporúča organizátorovi hromadného podujatia nasledovné:   1. vstup a výstup, 2. pokiaľ je to možné, zabezpečiť fixné sedenie alebo státie, 3. vykonávať častú dezinfekciu priestorov, najmä dotykových plôch, kľučiek, podláh v interiéri a predmetov, 4. vybaviť hygienické zariadenia tekutým mydlom a papierovými utierkami, 5. zabezpečiť pri vstupe do priestorov hromadného podujatia funkčné dezinfekčné prostriedky, naplnené dávkovače na alkoholovú dezinfekciu rúk a následnú dezinfekciu rúk, 6. pri vstupe na hromadné podujatie zabezpečiť oznam o nasledovnom: 7. o aktuálne účinných osobitných predpisoch o povinnosti prekrytia horných dýchacích ciest, o odporúčaní prekrytia horných dýchacích ciest, ak takáto povinnosť nie je účinná, 8. v prípade vzniku akútneho respiračného ochorenia (napr. horúčka, kašeľ, nádcha, sťažené dýchanie) by sa takáto osoba nemala hromadného podujatia zúčastniť, 9. ak sa u osoby prejavia príznaky akútneho respiračného ochorenia (zvýšená teplota, nádcha, kašeľ, bolesť hlavy a pod.), by táto osoba mala okamžite opustiť miesto hromadného podujatia a telefonicky kontaktovať svojho ošetrujúceho lekára, 10. neodporúča sa podávanie rúk, ani iné fyzické interakcie 11. pri účasti na hromadnom podujatí a pri príchode a odchode z priestorov hromadného podujatia dodržiavať rozostupy dva metre medzi osobami mimo spoločnej domácnosti, 12. dostatočne a často vetrať spoločné priestory.   **Odporúčania pre výkon bohoslužieb, cirkevné alebo civilné verzie sobášneho obradu, pohrebného obradu a obradu krstu**  Pre výkon bohoslužieb, cirkevné alebo civilné verzie sobášneho obradu, pohrebného obradu a obradu krstu sa odporúča nasledovné:   1. dezinfikovať použité predmety slúžiace účelom obradu, 2. tesne pred rozdávaním prijímania/hostií si rozdávajúca osoba má vydezinfikovať ruky, 3. v prípade kontaktu rozdávajúceho s ústami veriaceho, si rozdávajúci vydezinfikuje ruky; pri prijímaní „pod obojím“ sa odporúča použiť pri každom prijímajúcom vždy novú lyžičku, 4. nepoužívať obrady pitia z jednej nádoby viac ako jednou osobou, 5. odporúča sa uprednostniť prijímanie na ruku, nie do úst, 6. v priestoroch, kde sa vykonávajú obrady, odstrániť nádoby s vodou, s ktorými má kontakt viac osôb, 7. neodporúča sa podávanie rúk.   **Odporúčania pre výkon hromadných podujatí kultúrneho charakteru**  Pre výkon hromadných podujatí kultúrneho charakteru sa odporúča nasledovné :   1. nepraktikovať fyzický kontakt a interakciu s publikom, 2. vytvoriť zóny pre jednotlivé umelecké súbory tak, aby dochádzalo k minimálnej interakcii a stretávaniu sa umelcov z jednotlivých súborov medzi sebou.   **Všeobecné odporúčania ku všetkým prevádzkam (vrátane napr. zariadení verejného stravovania, obchodných domov, fitness a wellness centier, lanových dráh a vlekov, ubytovacích zariadení, atď.)**  Všetkým prevádzkovateľom zariadení maloobchodných prevádzok a prevádzok poskytujúcich služby sa odporúča dodržiavať nasledovné opatrenia:   1. zabezpečiť oznámenie o aktuálne účinných osobitných predpisoch o povinnosti prekrytia horných dýchacích ciest; ak takáto povinnosť nie je účinná, zabezpečiť oznámenie o odporúčaní prekrytia horných dýchacích ciest, 2. pri vstupe do prevádzok zabezpečiť funkčné dezinfekčné prostriedky, naplnené dávkovače na alkoholovú dezinfekciu rúk a zabezpečiť následnú dezinfekciu rúk, alebo poskytnúť jednorazové rukavice, 3. vykonávať dezinfekciu hygienických zariadení každú hodinu, 4. vybaviť hygienické zariadenia prevádzky tekutým mydlom a papierovými utierkami, 5. zabezpečiť zachovávanie odstupov v radoch minimálne 2 metre od osôb z inej ako spoločnej domácnosti, 6. vykonávať časté vetranie priestorov prevádzky a pravidelne vykonávať dezinfekciu dotykových plôch, kľučiek, nákupných vozíkov a košíkov, používaných prístrojov, nástrojov a pomôcok, na dezinfekciu použiť dezinfekčné prostriedky s virucídnym účinkom, 7. zabezpečiť vo vnútornom priestore prevádzok maximálnu možnú cirkuláciu vzduchu s čerstvo nasávaným vonkajším vzduchom (prirodzené vetranie, vzduchotechnika alebo rekuperácia) bez recirkulácie vzduchu; v prípade rekuperácie zaistiť, aby cez entalpické výmenníky vlhkosti nedochádzalo ku kontaktu odchádzajúceho a vstupujúceho vzduchu, 8. v rámci možností zabezpečiť vzájomný odstup zákazníkov, ktorí nesedia za jedným stolom.   **Odporúčania pre prevádzky zariadení starostlivosti o ľudské telo**  Všetkým prevádzkovateľom zariadení starostlivosti o ľudské telo sa odporúča dodržiavať nasledovné:   1. upraviť časový harmonogram prevádzky tak, aby medzi jednotlivými zákazníkmi bol vždy priestor na vetranie, upratanie priestoru a dezinfekciu pracovného miesta, 2. po každom zákazníkovi vykonávať dezinfekciu miesta kde sa zdržiaval - ležal, sedel - dezinfekčným prostriedkom s virucídnym účinkom, vykonať dezinfekciu pomôcok, ktoré sa opakovane používajú u zákazníka (napr. ochranné okuliare pri ošetrení pleti, ochranný plášť pri strihaní vlasov).   **Odporúčania pre zariadenia autoškôl a školiacich stredísk inštruktorov vykonávajúcich inštruktorské kurzy a iných registrovaných osôb pre vykonávanie kurzov povinnej základnej kvalifikácie a pravidelného výcviku a osôb poverených vykonávaním kvalifikačných kurzov**  Všetkým prevádzkovateľom autoškôl a školiacim strediskám inštruktorov vykonávajúcim inštruktorské kurzy a iných registrovaných osôb pre vykonávanie kurzov povinnej základnej kvalifikácie a pravidelného výcviku sa odporúča nasledovné:   1. po každom výcviku vedenia vozidla a výcviku na trenažéri vydezinfikovať interiér, najmä volant a rýchlostnú páku, kľúč od vozidla, 2. pri výcviku zameranom na vedenie motorových vozidiel skupín A (motorky) sa odporúča každému z frekventantov používať vlastnú prilbu a príslušné ochranné pomôcky, ktoré sa pri takomto výcviku pri vedení tohto typu vozidla používajú, 3. počas prebiehajúcej výučby teórie a konania záverečných skúšok sa odporúča zabezpečiť v učebni minimálne 2 m vzdialenosť medzi účastníkmi príslušného kurzu, 4. zabezpečiť, aby počas praktického výcviku vo vedení vozidla nebola vo vozidle okrem inštruktora a účastníka kurzu žiadna ďalšia osoba.   **Odporúčania pre prevádzky umelých kúpalísk**  Všetkým prevádzkovateľom umelých kúpalísk sa odporúča nasledovné:   1. obsah voľného chlóru a iných vedľajších produktov dezinfekcie sa odporúča udržiavať pri hornej hranici povolených limitných hodnôt podľa požiadaviek právnych predpisov pre umelé kúpaliská; frekvencia prevádzkovej kontroly týchto ukazovateľov sa zvýši na dvojnásobok, 2. zvýšiť frekvenciu upratovania, čistenia a dezinfekcie dotykových plôch, na dezinfekciu použiť dezinfekčné prostriedky s virucídnym účinkom, hygienické zariadenia prevádzky sa odporúča vybaviť tekutým mydlom a papierovými utierkami.   **PhDr. RNDr. MUDr. Ján Mikas, PhD., MPH**  **hlavný hygienik Slovenskej republiky** |