

Praha 26. února 2020

Vážení sportovní přátelé,

v tomto dokumentu najdete souhrnné informace o koronaviru COVID-19 a zejména o možnostech prevence před nákazou a dalších vhodných opatření. Aktuální situace týkající se výskytu koronaviru komplikuje řadu oblastí – včetně sportu, neboť dochází k rušení a přesouvání soutěží. Konání olympijských her v Tokiu 2020 v tuto chvíli ohroženo není a organizátoři dělají vše pro zajištění bezpečnosti sportovců, diváků i doprovodu, a tak jsou níže uvedené podklady určeny zejména k tomu, abyste se mohli co nejvíce v klidu připravovat na své sportovní výkony.

V souvislosti s aktuálním výskytem koronaviru Ministerstvo zdravotnictví České republiky systematicky monitoruje situaci a je v úzkém spojení jak s Evropským střediskem pro prevenci a kontrolu nemocí (ECDC), tak s experty ze Světové zdravotnické organizace (WHO). Ministerstvo zdravotnictví dále připravilo pro občany souhrnné informace, které budou průběžně aktualizovány. Situaci bedlivě sledujeme, jsme v kontaktu s odborníky na epidemiologii i příslušnými institucemi a jsme vám kdykoli k dispozici v případě dotazů.

Co je vlastně koronavirus?

Označení *koronavirus* se používá pro jakýkoli virus patřící do podčeledi *Coronaviridae*. Jde o souhrnné označení pro čtyři čeledi virů, které způsobují onemocnění u zvířat a lidí s různým stupněm závažnosti. Název je odvozen od charakteristického uspořádání povrchových struktur lipidového obalu virů ve tvaru sluneční korony. Koronavirus může způsobit běžné obtíže, jako jsou nachlazení, kašel, dýchací obtíže či teploty, ale také smrtící choroby, mezi které patří dýchací onemocnění zvané těžký akutní respirační syndrom (SARS; Severe Acute Respiratory Syndrome) či infekci MERS (Middle East Respiratory Syndrome).

Odkud se vzal koronavirus zvaný COVID-19?

Nový typ koronaviru označovaný jako „nový koronavirus“, neboli nCov, případně také jako wuchanský koronavirus, se objevil poprvé na začátku prosince 2019 v čínské provincii Chu-pej, v níž se nachází jedenáctimilionové město Wu-chan. Vědci už dokázali popsat genetickou strukturu viru. Čína tyto údaje uvolnila veřejnosti, takže na výzkumu nyní pracuje řada odborných pracovišť po celém světě.

Jak se přenáší koronavirus?

Z člověka na člověka po úzkém kontaktu, který trvá delší dobu. Jedná se o takzvanou kapénkovou infekci, která je přenášena vzduchem. Zasahuje nejčastěji sliznice horních a dolních dýchacích cest. Inkubační doba je týden až čtrnáct dní. Po týdnu od nakažení se nemoc projeví neustupujícími horečkami, které mohou provázet nepříjemné pocity, bolesti kloubů a svalů, a brzy se objeví projevy kašle.

Kdo je jím nejvíce ohrožen?

Zejména senioři, dětské skupiny, chronicky nemocní či osoby s oslabenou imunitou.

Lze se proti koronaviru COVID-19 nechat očkovat?

Ne, v současné době není k dispozici vakcína, která by chránila proti viru 2019-nCoV.

Jak se tedy chránit?

Důležité je postupovat jako při klasickém respiračním onemocnění, jako v aktuálním chřipkovém období:

- vyhýbat se těm, kdo jsou zjevně nemocní,
- dodržovat základní hygienická pravidla,
- používat například i dezinfekci, pokud jsme v kontaktu s lidmi, kteří akutními respiračními potížemi trpí, nebo na cestách (dezinfikovat si ruce každé dvě až čtyři hodiny například v letadle nebo jiné veřejné dopravě),
- nezdržovat se v místech s vyšším počtem lidí,
- jedinci, kteří trpí respiračním onemocněním, by měli dodržovat pravidla respirační hygieny – při kýchání a kašlání řádně užívat nejlépe jednorázové kapesníky, ústa si zakrývat paží/rukávem, nikoliv rukou (kapénky se pak mohou přenést dál)!
- při kontaktu s pacientem s příznaky akutního respiračního onemocnění je třeba dodržovat standardní opatření proti přenosu původce infekce kapénkami, vedle výše uvedeného jde o ochranu dýchacích cest (ústenka, resp. rouška).

Jak se mají používat roušky?

Roušky jsou prospěšné zejména k tomu, aby již nemocný člověk nešířil nemoc dál kapénkovou cestou například při chřipce, která je v současné době na vzestupu. Běžné papírové roušky pak chrání víc okolí před člověkem s rouškou, který by mohl být infekční, než daného člověka s rouškou před nakaženými kolem něj.

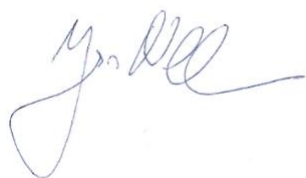
Jak se koronavirus COVID-19 léčí?

Pro infekci 2019-nCoV není doporučena žádná specifická antivirová léčba. Lidé infikovaní tímto virem by měli zahájit podpůrnou léčbu, zmírňující příznaky této infekce. K té se využívají běžně dostupné léky. I Světová zdravotnická organizace zdůrazňuje, že se dá léčit množství symptomů této nemoci. Léčba je vždy individuální a vychází z konkrétních potřeb pacienta. WHO [uvádí na svých stránkách](#), že tato léčba je vysoce účinná.

Co dělat, když potřebuji vycestovat například na soutěž nebo tréninkový kemp?

V případě obav z rizika nákazy mě neváhejte kontaktovat na telefonu +420 604 935 240 nebo e-mailem na adrese dr.neumann@tiscali.cz. Postupy konzultujeme s profesorem Jiřím Beranem z Centra očkování a cestovní medicíny, vedoucím subkatedry Institutu postgraduálního vzdělávání ve zdravotnictví a naším poradcem pro epidemiologii. Jednou z možných cest prevence v případě nutnosti je například posílení imunity.

S pozdravem



Jiří Neumann
šéflékař Českého olympijského týmu



Jak snížit riziko nakažení **koronavirem**:



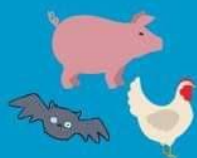
Umývejte si ruce mýdlem a nebo používejte antibakteriální gel s obsahem alkoholu

Při kašli a kýchání si zakrývejte nos a ústa kapesníkem nebo celou paží



Vyvarujte se úzkému kontaktu s osobami, které mají příznaky nachlazení nebo chřipky

Dbejte na dostatečnou tepelnou úpravu masa a vajec



Při kontaktu s volně žijícími či hospodářskými zvířaty používejte ochranné pomůcky



World Health Organization

