

AKO SA PRIPRAVIŤ NA OMIKRON

V krátkom čase väčšina z nás príde do kontaktu s Omikronom.
Toto sú kroky, ako znížiť šancu, že vám to spôsobí vážnejšie problémy.



1. OČKUJTE SA

- 1 dávka je lepšia ako žiadna.
- Najlepšie je mať všetky tri dávky.
- Očkovanie je dôležité aj po prekonaní Covidu.



2. VYHÝBAJTE SA PLNÝM INTERIÉROM

- Minimalizujte kontakty a vyhýbajte sa najmä preplneným, zle vetraným interiérom.
- Ak už v takom ste, nebuďte tam dlho. Nižšia virálna nálož znamená nižšie riziko ťažkého priebehu.



3. NOSTE RESPIRÁTOR

- Veľmi dôležitý je v preplnených interiéroch.
- Znižuje virálnu nálož, s ktorou sa stretnete, znižuje tak riziko.
- Noste ho aj v exteriéri, ak ste v tesnom kontakte s ľuďmi.



4. TESTUJTE SA PRED STRETNUTAMI S ĽUĎMI

- Pred stretnutiami si urobte Ag test (dostupný v lekárni).
- Dozviete sa, či ste v danej chvíli infekční.



5. VETRAJTE

- Vetraním sa znižuje množstvo vírusového aerosólu v miestnosti.
- Znižuje sa tak virálna nálož, s ktorou sa tam stretnete.



6. VOLAJTE POMOC V SPRÁVNY ČAS

- Majte doma oxymeter – záchranku treba volať keď klesnú hodnoty saturácie krvi pod 92%.
- Ak máte pozitívny PCR test a patríte do rizikovej skupiny, volajte lekárovi, predpíše vám liek molnupiravir.

Povinné nosenie respirátora

Celoštátne opatrenia zohľadňujúce nástup variantu omikron
účinné **od 19. januára 2022**



respirátor riadne
prekrýva nos aj ústa,
dobre prilieha na
pokožku a kopíruje
kontúry tváre



šatka, šál, textilné
či jednorazové rúško
(ak neplatí výnimka),
respirátor umiestnený
pod nosom alebo ak
nepriľieha k tvári

V interiéri vrátane prostriedkov
verejnej dopravy a taxislužieb



V exteriéri na hromadných podujatiach
a ak ste od ľudí mimo vašej domácnosti
vzdialení menej ako dva metre.



Čo znamená skratka O-T-P

informácia k 11. januáru 2022



O

- **Kompletne očkovaná osoba:**
 - najmenej 14 dní a najviac 1 rok po aplikácii druhej dávky očkovacej látky proti ochoreniu COVID-19 s dvojdávkovou schémou;
 - najmenej 21 dní a najviac 1 rok po aplikácii prvej dávky očkovacej látky proti ochoreniu COVID-19 s jednodávkovou schémou;
 - najmenej 14 dní a najviac 1 rok po aplikácii prvej dávky očkovacej látky proti ochoreniu COVID-19, ak bola prvá dávka podaná do 180 dní od prekonania ochorenia;
- **deti do 12 rokov a dvoch mesiacov veku;**
- **osoba, ktorá má kontraindikáciu očkovania proti ochoreniu COVID-19 podľa odborného usmernenia Ministerstva zdravotníctva SR a zároveň je schopná sa preukázať certifikátom o výnimke z očkovania podľa odborného usmernenia MZ SR, ktorý je v prílohe vyhlášky, a aj negatívnym výsledkom RT-PCR/LAMP testu na ochorenie COVID-19 nie starším ako 72 hod. od odberu alebo Ag testu nie starším ako 48 hod. od odberu.**

T

- **Osoba schopná sa preukázať negatívnym výsledkom testu na ochorenie COVID-19 nie starším ako 72 hodín od odberu v prípade RT-PCR alebo LAMP testu alebo 48 hodín od odberu v prípade antigénového testu;**
- u detí do 18 rokov sa za antigénový test považuje test vykonaný v domácom prostredí v rámci výučby na školách.

P

- **Osoba prekonala ochorenie COVID-19 v období pred nie viac ako 180 dňami a vie uvedenú skutočnosť preukázať na základe pozitívneho výsledku RT-PCR testu;**
- u detí do 12 rokov aj na základe potvrdenia od všeobecného lekára pre deti a dorast dieťaťa vydaného na základe pozitívneho antigénového testu vykonanom v mobilnom odberovom mieste, vydaného do 15. novembra 2021.