



ÚRAD VEREJNÉHO ZDRAVOTNÍCTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY

Trnavská cesta 52
P.O.BOX 45
826 45 Bratislava



Bratislava, 13. 4. 2022

Odporúčania hlavného hygienika SR pred veľkonočnými sviatkami

Tohtoročné veľkonočné sviatky budú iné ako po uplynulé dva roky. Epidemická situácia v krajine sa postupne ďalej zlepšuje a značná časť obyvateľstva medzičasom využila možnosť chrániť sa vakcínou proti COVID-19, prípadne už absolvovali aj posilňujúcu dávku očkovania, čím si zvýšili mieru ochrany pred infekciou.

Neznamená to však, že COVID-19 už pre našu spoločnosť nepredstavuje žiadnu hrozbu. Stále platí, že najmä nezaočkované osoby, ak budú neopatrné, naďalej riskujú, že budú potrebovať lekársku pomoc, alebo že si ich zdravotný stav vyžiada hospitalizáciu. Kompletne zaočkované rodiny a kolektívy majú lepšie vyhliadky stráviť sviatočné dni spolu v relatívnom pokoji.

Rád by som okrem výhod očkovania proti COVID-19 zdôraznil aj ostatné základné protiepidemické kroky, ktorými môžeme chrániť seba a svoju rodinu pred nákazou, prípadne znížiť riziko, že nás COVID-19 "dobejne" po návrate do zamestnania či škôl:

- Dôsledne noste respirátor v interiéroch, na ľudnatých miestach, zhromaždeniach, pracovných stretnutiach v období pred návštevou rodiny, počas bohoslužobných hromadných podujatí (interiér, exteriér) a tiež po návrate do kolektívu po sviatkoch. Respirátor noste dôsledne aj pri presune za rodinou na sviatky vo verejnej hromadnej doprave, ako sú autobusy či vlaky.
- Počas návštev a voľnočasových aktivít využite príležitosť byť v exteriéri; ak vám to počasie či situácia nedovoľuje, často vetrajte a zabezpečte, že nebudete spolu sedieť vo vydýchanom vzduchu.
- Ak sa chystáte stretnúť s osobami vo vyššom veku, chronicky chorými, tehotnými ženami či inými osobami náchylnými na infekcie či ťažší priebeh ochorení, snažte sa pred ich návštevou vyhnúť rizikovým miestam - zvlášť takým, kde väčší počet ľudí trávi dlhší čas bez respirátorov. Vhodné je pred návštevou otestovať sa minimálne samotestom.

COVID-19 už prestáva byť novou nákazou. Ľudia si musia vedomosti o tomto ochorení osvojiť a riadiť sa nimi podľa vlastného vedomia a svedomia. Každý z nás má už o COVID-19 dostatok

informácií, aby vedel zvažovať riziko v jednotlivých situáciách – rovnako ako v prípade iných infekcií. Ohľaduplnosť a rešpekt k zdraviu iných je nevyhnutnou súčasťou života v spoločnosti.

PhDr. RNDr. MUDr. Ján Mikas, PhD., MPH
hlavný hygienik Slovenskej republiky