

[https://www.uvzsr.sk/index.php?option=com\\_content&view=article&id=4475:hlavny-hygienik-jan-mikas-nehadajme-cesty-ako-obis-pravidla&catid=250:koronavirus-2019-ncov&Itemid=153](https://www.uvzsr.sk/index.php?option=com_content&view=article&id=4475:hlavny-hygienik-jan-mikas-nehadajme-cesty-ako-obis-pravidla&catid=250:koronavirus-2019-ncov&Itemid=153)

## Hlavný hygienik Ján Mikas: Nehľadajme cesty, ako obísť pravidlá



**Štvrtok, 08. október 2020 13:54**

Za včerajší deň pribudlo 1 037 nových pozitívne testovaných osôb z 9518 ukončených vyšetrení.

Veľká časť nových potvrdených prípadov COVID-19 sú opäť dohľadané kontakty pozitívnych osôb, ktoré sa zväčša ešte pred zavedením prísnejších opatrení zúčastňovali početných svadobných hostín, rodinných osláv či iných spoločenských podujatí. Prevažne sa na nich zišli osoby z rôznych častí Slovenska. COVID-19 sa šíri naprieč regiónmi a mnohé vzniknuté ohniská nákazy majú väzby s potvrdenými prípadmi z iných regiónov. Ochorenie COVID-19 sa v ostatných dňoch objavuje aj v športových kluboch, umeleckých súboroch, školách, pracoviskách, ale aj v zariadeniach sociálnej starostlivosti a zdravotníckych zariadeniach.

Na počet nových potvrdených prípadov COVID-19 ešte nemali vplyv prísnejšie nastavené protiepidemické opatrenia od októbra. Predpokladáme, že ich efekt sa prejaví dva až tri týždne po ich zavedení. Aby začala krivka chorobnosti klesať, je dôležité opatrenia rešpektovať. Chápeme, že ľudia sú už pandémie unavení a chcú žiť tak, ako predtým. Nehľadajme však, prosím, cesty, ako opatrenia obísť, riziko šírenia nákazy takto neznížime.

Stále častejšie sa stretávame s nedodržiavaním alebo obchádzaním opatrení. Početné svadobné hostiny si po sprísnení pravidiel začali niektorí organizovať v prihraničných oblastiach Maďarska a Poľska. Dôsledkom tohto rozhodnutia však je, že nákaze dávame šancu šíriť sa ďalej. A to nielen medzi účastníkmi týchto podujatí, ale aj medzi ďalšími rodinnými príslušníkmi, kolegami v práci, zákazníkmi, či spolužiakmi v školách. Rovnako sa nám hromadia prípady, kedy sa COVID-19 potvrdil u ľudí, ktorí napriek klinickým príznakom navštevovali pracoviská, školy či verejné priestranstvá a nákazu takto rozšírili ďalej. Preto opäť vyzývame ľudí, aby v prípade akýchkoľvek príznakov ochorenia COVID-19 nešli do práce a nenavštevovali verejné miesta. Izolujte sa od ostatných a telefonicky kontaktujte svojho ošetrojúceho lekára a informujte ho o svojom zdravotnom stave. Lekár následne určí postup diagnostiky ochorenia a liečby.

Nastavenými opatreniami nechceme nikoho obmedzovať. Chceme chrániť vaše zdravie v čase, keď pribúdajú ťažké priebehy tohto ochorenia, ktoré ľudí dostávajú na nemocničné lôžka. Našou úlohou je nastavenými opatreniami zabezpečiť, aby sme mali čo najmenej takýchto prípadov a aby sme v čo najväčšej možnej miere zabránili úmrtiam. Akokoľvek prísne opatrenia sa minú účinku, ak ich nebudeme dodržiavať. Obchádzaním pravidiel sa zvyšuje riziko šírenia nákazy a vzniku nekontrolovateľného komunitného šírenia COVID-19, ktorého sa tu všetci obávame. Zároveň pripomíname, že sa nachádzame v chrípkovej sezóne a chrípka a chrípke podobné ochorenia znamenajú vyššie riziko súčasnej nákazy COVID-19, čo môže nielen u rizikovej skupiny ľudí významne zhoršiť zdravotný stav, zvýšiť riziko komplikácií aj trvalých následkov.

Každý z nás svojim správaním ovplyvňuje rýchlosť, akou sa ochorenie COVID-19 šíri medzi ľuďmi. Aj malé rozhodnutia jednotlivcov majú veľký dopad na celú spoločnosť. Svoju rodinu a známych preto ochránime aj tým, že vo svojom každodennom živote dodržiavame zopár jednoduchých zásad. Nosme správne nasadené rúška s prekrytými ústami aj nosom, dodržiavajme dostatočný odstup od cudzích ľudí a často si umývajte a dezinfikujte ruky. Trávme čo najmenej času na miestach, kde sa vyskytuje väčší počet ľudí. Obmedzme na istý čas aj menšie oslavy, návštevy a stretnutia s blízkymi, s ktorými nežijeme v jednej domácnosti.

PhDr. RNDr. MUDr. Ján Mikas, PhD., MPH  
Hlavný hygienik SR