

Obecná preventivní opatření k onemocnění spalničkami

Více o onemocnění spalničkami na webu KHS Stř. kraje:
http://khsstc.cz/obsah/vzdusne-nakazy_136_1.html

Spalničky jsou vysoce nakažlivé virové onemocnění, které se velmi snadno šíří vzdušnou cestou. Začíná horečkou, příznaky zánětu horních cest dýchacích (rýma, kašel), zánětem spojivek. Následně vzniká vyrážka, začínající za krkem a šíří se po celém těle, objeví se i červené skvrny na sliznici tváří v ústech.

Inkubační doba obvykle trvá 7 až 21 dnů. Období nakažlivosti začíná den před začátkem počátečních příznaků onemocnění a končí do čtyř dnů po vzniku vyrážky.

Byť v současné době jde o pouhý zvýšený výskyt onemocnění spalničkami, je nutné již nyní přijmout veškerá vhodná opatření, kterými by bylo možno zabránit dalšímu šíření tohoto onemocnění. Zvýšená pozornost by měla být věnována mateřským školám, dětským skupinám, školám a dalším místům, kde se ve zvýšené míře shromažďují děti a obyvatelé Vašich měst. Proto se na Vás na základě doporučení Bezpečnostní rady Středočeského kraje obracím se žádostí, abyste dále informovali své občany, aby dodržovali následující **obecná preventivní hygienická opatření**:

Vyhňte se kontaktu s nemocnými lidmi.

Nechod'te na místa s velkou koncentrací lidí.

Myjte si často a opakovaně ruce:

- *mytím rukou mýdlem pod teplou tekoucí vodou se snižuje pravděpodobnost onemocnění*
- *pokud není voda a mýdlo k dispozici, doporučuje se použít desinfekční gely na ruce na alkoholové bázi*

Při kašli a kýchání si kapesníkem zakrývejte nos a ústa. Po použití kapesník vyhod'te do koše.

Nedotýkejte se rukama obličeje, nemněte si oči – snižíte tím riziko přenosu viru prostřednictvím rukou z kontaminovaných předmětů.

Nepůjčujte si mobilní telefony, sklenice, přístroje, u dětí hračky apod.

Při zdravení se vyhňte podávání rukou, objímání a líbání.

Objeví-li se u Vás jakékoli příznaky onemocnění, vyhledejte svého obvodního lékaře, nebo navštivte lékařskou pohotovostní službu.

Pokud onemocníte, je nutná i vzájemná ohleduplnost k ostatním – zůstaňte doma a nešířte tak onemocnění dále.