

Život s plicní fibrózou: užitečná opatření proti riziku nákazou COVID-19

» Mám plicní fibrózu. Mám vyšší riziko nákazy COVID-19?

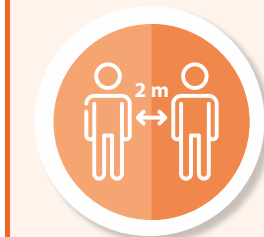


Virem COVID-19 se může nakazit kdokoliv. Osoby s chronickým onemocněním, jako je plicní fibróza, ale mohou mít vyšší riziko závažnějšího průběhu virového onemocnění.¹

Pokud se virem COVID-19 nakazíte, může být ve Vašem případě průběh infekce závažný a v některých případech fatální. U většiny nakažených osob ale mělo onemocnění mírný průběh a plně se zotavily – a to včetně osob s běžným onemocněním dýchacích cest.²

Pokud máte jakékoliv obavy spojené s COVID-19, obraťte se na svého lékaře.

» Základní formou ochrany před nákazou je omezení kontaktu s ostatními lidmi



Vyhýbejte se kontaktu s nemocnými osobami (i kdyby měly jenom rýmu).

Mimo domov si udržujte vzdálenost **nejméně 2 metry** od osob, které kašlou nebo kýchají, a **vyhýbejte se většímu zástupu osob.**

» Jak mohu snížit riziko vlastní nákazy a chránit ostatní?⁵

Často a důkladně (alespoň **20 sekund**) **si myjte ruce** teplou vodou s mýdlem, případně dezinfekčním přípravkem na ruce s obsahem nejméně **60 % alkoholu.**



Při kašli a kýčání si zakryjte ústa a nos kapesníkem nebo loktem.



Pravidelně užívejte předepsané léky.^{2,6}



» Kvůli plicní fibróze mívám často suchý kašel. Lze jej odlišit od kašle, který je příznakem viru COVID-19?

Příznaky nákazy virem COVID-19 nejsou nijak zvláštní. Obráťte se na svého lékaře již s mírnými příznaky.³ Hlídejte si varovné projevy, jako je:⁷



Zhoršení dušnosti, změna charakteru kašle, teplota



Nepolevující bolest nebo tlak na hrudi



Ztráta chuti a/nebo čichu



Náhlá zmatenost, neklid, dezorientace

» Mohu nadále docházet na pravidelné kontroly k lékaři?



Bez předchozí porady s lékařem žádné plánované ambulantní kontroly nevynechávejte.^{2,6}

» Co mám dělat, jestliže onemocním?⁶

Pokud Vám není dobře, okamžitě se obraťte na svého praktického lékaře a hygienickou stanici a řiďte se následujícími pokyny:



Každý den čistěte plochy, kterých se často dotýkáte



Vyhýbejte se styku s ostatními osobami a zvířaty v domácnosti



Při kašli a kýčání si zakryjte ústa a nos kapesníkem nebo loktem



Noste roušku



S výjimkou návštěvy lékaře/hygienika zůstávejte doma



Před návštěvou lékaře se s ním spojte telefonicky



Nepoužívejte osobní věci spolu s ostatními členy domácnosti



Sledujte příznaky onemocnění a při zhoršení příznaků se okamžitě obraťte na lékaře



Často si myjte ruce