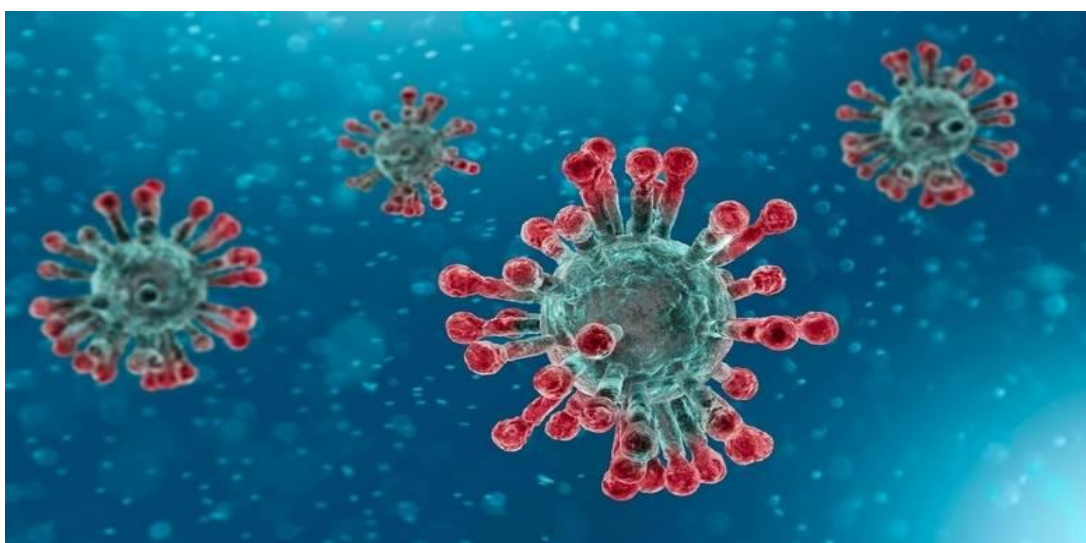


# KORONAVÍRUS (COVID - 19)

## Spojme všetci svoje sily v boji proti neviditeľnému zlu!

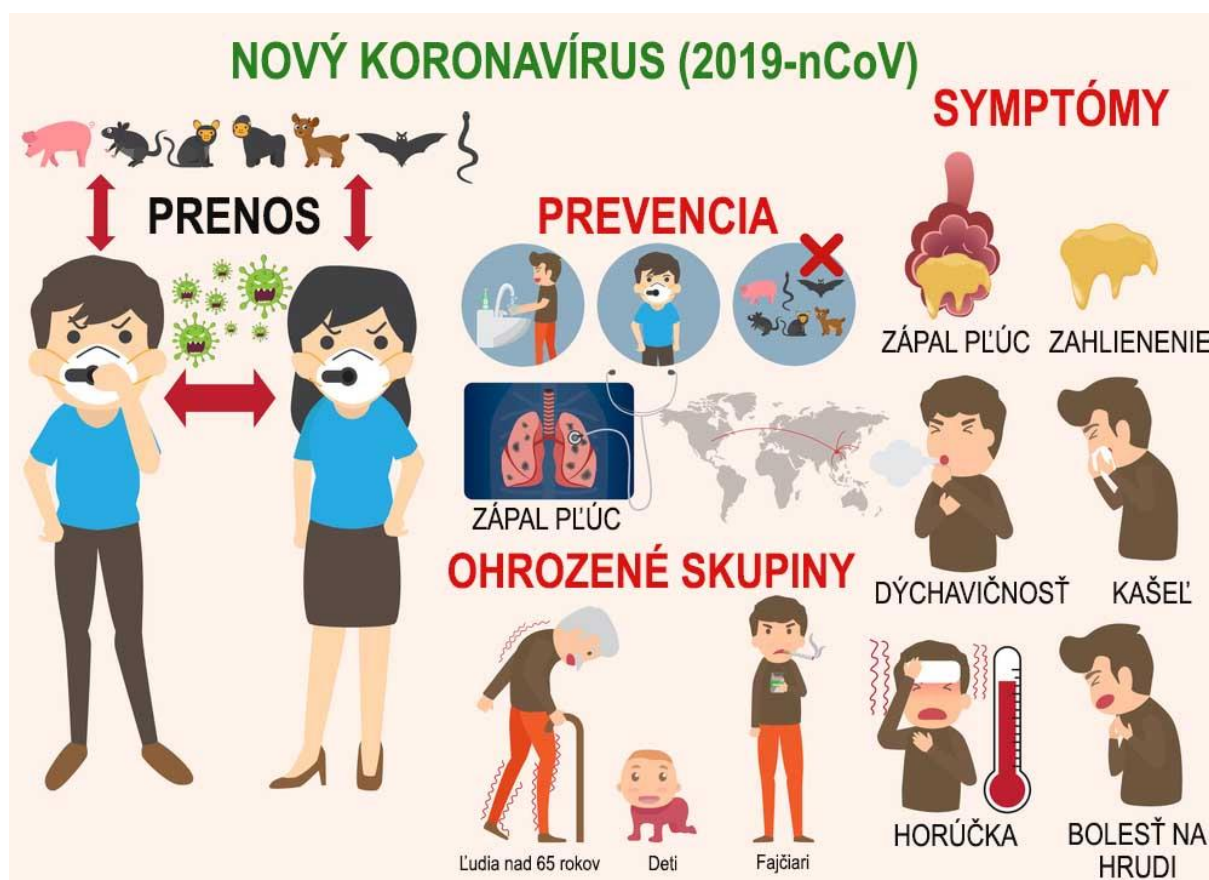
(Mgr. Viera Kossuthová, Sociálny pedagóg, ZŠ Hranovnica)



### KDE SA VÍRUS VZAL?

**Vedci predpokladajú dva možné scenáre** (možnosti) ako vírus COVID – 19 vznikol, no v tejto chvíli sa nedá určiť, ktorý zo scenárov je pravdepodobnejší. Je pre každého z nás na zamyslenie, prečo príroda použila takúto biologickú zbraň. Sme všetci zodpovední a chránime si prírodu, lesy, potoky, zvieratá a sme aj voči sebe ľudia ohľaduplní, milí, srdeční, ochotní pomôcť jeden druhému???. Je to téma na zamyslenie zvlášť teraz, keď kvôli prevencii šíreniu sa koronavírusu COVID – 19 musia byť rodiny s deťmi celé dni spolu, iba doma. **Drobný organizmus, ktorý nevidíme voľným okom, ani cez okuliare**, paralyzoval (postihol) celý svet. Možno si mnohí z vás poviete, že vás sa to netýka, že vám sa to nemôže stať, pretože je historicky dané, že Rómske etnikum má imunitný systém silnejší a odolnejší voči akýmkoľvek choroboplodným patogénom. Zo štatistík však vieme, že to tak nie je, že aj u rómskeho obyvateľstva je vysoká chorobnosť, množstvo chronických neliečených chorôb a aj vysoká úmrtnosť.

**Milí žiaci a rodičia,** pozrite si podrobne túto tabuľku, v ktorej je vyznačený **PRENOS** koronavírusu COVID – 19 (prasa, potkan, netopier, had a pod.) na ľudí. Všimnite si **SYMPTÓMY** (príznaky) – suchý kašeľ, veľa hlienov, dýchavičnosť, cítite sa slabí, unavení, mate horúčku, bolí vás na hrudníku, zápal pľúc. K týmto symptómom pribudli aj strata čuchu, chuti do jedla, bolesť hlavy, bolesť svalov a kĺbov. Pod pojmom **OHROZENÉ SKUPINY** patria fajčiari, detí a starí rodičia. **PREVENCIA (predchádzanie) tohto ochorenia je najdôležitejšia !!!** To znamená časté umývanie rúk, používanie antibakteriálnych mydiel, gélov, sprayov, nosenie ochranných rúšok, vyhýbanie sa zvieratám, ktoré sú prenášači ochorenia, zdržovať sa prevažne iba doma.



## NEVINNÉ BAKTÉRIE?

Pripravila som pre vás tento obrázok, pozorne si ho pozrite. Takto vyzerá ruka chlapca po hre vonku. Keďže baktérie voľným okom nevidíme, tak pochopiť v akých množstvách nás na každom kroku ohrozujú, nie je jednoduché. S takou rukou stačí pošúchať sa po tvári v okolí očí, nosa, úst, uší, alebo zobrať do rúk jablko, či nezabalený keks a pohroma je na ceste.



Aj v tejto súvislosti pripomíname o to viac, ako v minulosti, dôležitosť častého umývania rúk po pobyte vonku, po hre so psom, mačkou, s loptou a podobne. **Nezabúdajte na dôsledné umývanie rúk !!!** Mamičky a dievčatá, hlavne pri dlhých gélových nechtoch, kde za nechtami je skrytých mnoho mikróbov. Oteckovia a chlapci strihajte si pravidelne nechty! Špina za nechtami je rajom pre mikróby, ktoré vás ohrozujú na zdraví.

Coronavírus COVID – 19 sa medzi ľuďmi prenáša kvapôčkovou infekciou (našimi slinami, hlienom) napr.: pri kašľaní, kýchaní, pri komunikácii, používaním toho istého pohára, lyžice, taniera, ale aj zubnej kefky. Niektorí ľudia však vyplávajú hlieny na zem. Naše sliny, hlieny, môžu preletieť na človeka, ale môžu zostať aj vo vzduchu, na zemi, na kartóne, na plaste, na kovech.

Pozrite si tabuľku, koľko hodín koronavírus COVID – 19 žije na rôznych povrchoch:



Milióny ľudí sa trasú strachom pred epidémiou, o akej sa nám ešte pred pár mesiacmi ani nespomínalo. Nový typ koronavírusu COVID – 19 si vyberá krutú daň v podobe státisícov nakazených pacientov po celom svete a tiež nemalom množstve nevinných obetí. Najpoprednejší svetoví odborníci trávajú dlhé hodiny v laboratóriách s cieľom nielen preskúmať neustále mutujúci vírus, ale tiež vynájsť účinný liek.

**Hovorí sa, že už nič nebude také, ako predtým. Zmena musí prísť od nás od ľudí, od každého jedného z nás, lebo ináč naša planéta Zem nám ukáže ďalšiu svoju silu a možno, ešte ničivejšiu pre celé ľudstvo.**

## Čo mám robiť, ak som mal úzky kontakt s niekým, kto má COVID-19?



### **POSTUP !**

**1. Nikám nechod'te!**

**2. Ostaňte doma.**

**3. Telefonicky kontaktujte svojho lekára v Hranovnici:**

- **Neštátna ambulancia praktického lekára pre dospelých - MUDr. Peter Kabát, telefónne číslo.: 052 / 77 95 155**
  
- **Ambulancia praktického lekára pre deti a dorast – MUDr. Ján Kardoš, telefónne číslo.: 052 / 77 95 240**

**alebo**

**Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Poprade – 0911 635 260,  
903 905 080, 052 / 772 26 04, 052 / 712 54 74**