

[https://www.uvzsr.sk/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5139:odporovania-hlavneho-hygienika-sr-k-problematike-prekrytia-hornych-dychacich-ciest-a-irenia-ochorenia-covid-19&catid=250:koronavirus-2019-ncov&Itemid=153](https://www.uvzsr.sk/index.php?option=com_content&view=article&id=5139:odporovania-hlavneho-hygienika-sr-k-problematike-prekrytia-hornych-dychacich-ciest-a-irenia-ochorenia-covid-19&catid=250:koronavirus-2019-ncov&Itemid=153)

## Odporúčania hlavného hygienika SR k problematike prekrytia horných dýchacích ciest a šírenia ochorenia COVID-19



**Streda, 27. apríl 2022 13:02**

26. 4. 2022, Bratislava

Jedným z významných opatrení, ktorými je možné dosiahnuť obmedzenie šírenia epidémie respiračného ochorenia, je nosenie ochranného prostriedku dýchacích ciest. Dôkazy o vplyve rúšok ako prevencie pri prenose respiračného ochorenia sú stále častejšie a na ich základe ochranu nosa a úst odporúčajú významné odborné organizácie, vrátane Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO), Európskeho centra pre kontrolu a prevenciu ochorení (ECDC) a Strediska pre kontrolu a prevenciu ochorení (CDC).

Rúška a respirátory sa vzhľadom na mód šírenia vírusu SARS-CoV-2 stali vo svete základným pilierom pre boj s vírusom. Predstavujú jednoduchú, účinnú, nenákladnú a minimálne limitujúcu pomôcku pre šírenie vírusu od infikovanej osoby do okolia. Zároveň prekrytie horných dýchacích ciest predstavuje bariéru chrániacu aj zdravú osobu, pokiaľ obe tieto osoby majú správne nasadené rúško/respirátor cez nos aj ústa. Rúško/respirátor tak nechráni iba osobu, ktorá ho má nasadené, ale aj osoby v jeho okolí.

Popri správnom nosení a manipulácii s respirátorom odporúčame vo vybraných situáciách dodržiavať aj sociálny dištanec (primeraný odstup, vyhýbať sa preplneným miestam, a pod.), dodržiavať hygienu rúk a respiračnú etiketu.

**V platnosti v súčasnosti zostáva [vyhláška Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky č. 32](#), ktorou sa nariaďujú opatrenia pri ohrození verejného zdravia k povinnosti prekrytia horných dýchacích ciest s účinnosťou od 21. apríla 2022.**

Prekrytie horných dýchacích ciest nie je povinné v exteriéroch, vo väčšine interiérov, vrátane verejnej hromadnej dopravy, taxislužieb a hromadných podujatí.

### **Prekrytie horných dýchacích ciest respirátorom je povinný používať:**

- personál [zdravotníckych](#) a sociálnych zariadení pri kontakte s návštevníkmi, klientmi alebo pacientmi (personál nemocníc, ambulancií a lekární),
- návštevníci [zdravotníckych](#) a sociálnych zariadení,
- pacienti v čakárňach a ambulanciách lekárov, zákazníci lekární.

Klienti zariadení sociálnych služieb a hospitalizovaní pacienti nemajú povinnosť mať prekryté horné dýchacie cesty.

Povinnosť nosiť na týchto miestach respirátor sa nevzťahuje na:

- deti do 6 rokov,
- osoby so závažnými poruchami autistického spektra,
- osoby so stredným a ťažkým mentálnym alebo sluchovým postihnutím,
- výkonných umelcov pri podávaní umeleckého výkonu a účinkujúcich pri nakrúcaní dokumentárneho filmu,
- tľmočníkov do posunkovej reči v rámci výkonu povolania,
- zamestnanca, ktorý sa nachádza na vnútornom pracovisku sám,
- čas potrebný na konzumáciu pokrmov a nápojov v zariadeniach spoločného stravovania (bufety a jedálne v nemocniciach a zariadeniach sociálnej starostlivosti),
- osoby pri návšteve prírodných kúpalísk, wellness, umelých kúpalísk.

Respirátor môžu nahradiť rúskom zamestnanci v špecifických podmienkach:

- ak majú kožné ochorenia tváre, u ktorých by nosenie respirátora mohlo ochorenie zhoršiť,
- ak majú chronické ochorenia dýchacích ciest s dychovou nedostatočnosťou

**Prekrytie horných dýchacích ciest je odporúčané** Úradom verejného zdravotníctva Slovenskej republiky na všetkých miestach, kde sa stretávajú osoby mimo spoločnej domácnosti.

Prekrytie horných dýchacích ciest odporúčame:

- vo všetkých zariadeniach, kde sa nachádzajú zraniteľné skupiny (vo väčšine je respirátor povinný - nemocnice, ambulancie, denné stacionáre, rehabilitačné zariadenia, záchranné služby, opatrovateľské služby, opatrovateľské zariadenia, zariadenia pre utečencov, ľudí bez domova, seniorov a ľudí so zdravotným postihnutím),
- v interiéroch verejných budov (úrady, obchody, prevádzky služieb, reštaurácie, kultúrne a športové zariadenia: divadlá, kiná, múzeá, športové haly, bohoslužobné priestory ) a v prostriedkoch verejnej dopravy (MHD, prímestské, diaľkové autobusy a vlaky),
- na hromadných podujatiach aj v exteriéri, kde dochádza k hromadeniu sa ľudí v tesnej blízkosti (spoločenské, kultúrne a športové podujatia ako sú koncerty, divadlá, kiná a pod.),
- počas cesty do zahraničia a pobytu v zahraničí, hoci prekrytie horných dýchacích ciest tam už nie je povinné.

**Prekrytie horných dýchacích ciest dôrazne odporúčame nasledovným skupinám osôb:**

- osobám s trvalo oslabenou imunitou, osobám s chorobami srdca, pľúc, cukrovkou a s inými závažnými ochoreniami,
- seniorom,
- tehotným ženám a dojčiacim matkám,
- osobám, ktoré pociťujú príznaky ochorenia,
- ktoré sa nachádzajú v blízkosti osôb, ktoré vykazujú známky ochorenia a nie je možné dodržať dostatočný sociálny odstup.

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