



## IZOLACE

Izolace je opatření, které slouží k oddělení nakažených osob od ostatních. Cílem je zabránit dalšímu šíření infekce. Pro osoby s pozitivním výsledkem testu je povinná. Izolaci nařizuje praktický lékař, popřípadě zaměstnanec hygienické stanice, kteří určí i délku jejího trvání. Izolace obvykle trvá 10 dní od odběru vzorku, který prokázal onemocnění COVID-19. Ukončuje ji praktický lékař bez potřeby dalšího testu v případě, že poslední 3 dny je nakažená osoba zcela bez příznaků.

## KARANTÉNA

Karanténa je opatření, které slouží k oddělení případně nakažených osob od ostatních. Cílem je zabránění dalšímu šíření infekce od osob, u kterých se ještě neprojevily příznaky onemocnění. Karanténu nařizuje praktický lékař, popřípadě zaměstnanec hygienické stanice, kteří určí i délku jejího trvání. Karanténa trvá obvykle 10 dní od kontaktu s nakaženou osobou, pokud byl optimálně 5. až 7. den od kontaktu (nejpozději však 10. den od kontaktu) proveden test na průkaz onemocnění COVID-19 s negativním výsledkem. Pokud se nepodaří během 10 dnů test na průkaz onemocnění COVID-19 provést, trvá karanténa 14 dní.

## RIZIKOVÝ KONTAKT

Za rizikový kontakt se zpravidla považuje situace, kdy jste s nakaženou osobou pobýval/a déle než 15 minut a na vzdálenost menší než 2 metry, kdy současně minimálně jeden z Vás neměl dostatečně zakrytá ústa a nos (rouškou či respirátorem). Zda se opravdu jednalo o významný kontakt, vyhodnotí zaměstnanec hygienické stanice nebo lékař.

## NEJČASTĚJŠÍ PŘÍZNAKY COVID-19



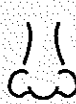
teplota  
větší než 37,3°C



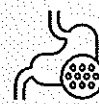
suchý  
kašel



zhoršené  
dýchání



ztráta  
čichu nebo chuti



zažívací  
obtíže

**DĚKUJEME, ŽE DODRŽUJETE STANOVENÁ PRAVIDLA  
A POMÁHÁTE TAK CHRÁNIT SEBE I SVÉ OKOLÍ.**

další informace naleznete na  
[koronavirus.mzcr.cz](https://koronavirus.mzcr.cz)



V případě nejasností  
volejte linku 1221



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY



CENTRÁLNÍ  
ŘÍDÍCÍ TÝM  
COVID-19

IS21 LINKA  
1221

# Co mám dělat, když se u mě PROJEVILY PŘÍZNAKY COVID-19



Zpozorujete-li na sobě příznaky onemocnění, které se shodují s příznaky onemocnění COVID-19 (teplota nad 37,3°C, suchý kašel, zhoršené dýchání, ztráta chuti nebo čichu, zažívací obtíže), postupujte následovně:

**Zůstaňte doma a vyhýbejte se kontaktu s ostatními lidmi.** Dojde-li ke kontaktu, mějte vždy zakrytá ústa i nos (např. rouška, respirátor).

Kontaktujte telefonicky svého **PRAKTICKÉHO LÉKAŘE**, informujte ho o svém zdravotním stavu a domluvte se na následném postupu.

- ❑ Bude-li mít lékař podezření, že se u Vás projevuje onemocnění COVID-19, vystaví Vám elektronickou žádanku k testování průkazu tohoto onemocnění.
- ❑ Bude-li to Váš stav vyžadovat, vydá Vám lékař rozhodnutí o **pracovní neschopnosti**. Vaše osobní přítomnost u lékaře není nezbytnou podmínkou k vydání tohoto rozhodnutí.

Kontaktujte telefonicky svého **ZAMĚSTNAVATELE** a informujte ho o Vaší situaci. Pokud nejste v pracovní neschopnosti, zažádejte o volno či home office do doby zjištění výsledku testu.

- ❑ Do doby zjištění výsledku testu se vyhýbejte kontaktu s dalšími osobami, abyste případně nešířil/a onemocnění dál.

Pokud Vám byla vystavena elektronická žádanka k odběru a testování, **zarezervujte si odběr na odběrovém místě dle pokynů vašeho lékaře.**

- ❑ Seznam odběrových míst naleznete na:

<https://koronavirus.mzcr.cz/seznam-odberovych-center/>

- ❑ Alespoň 1-2 hodiny před odběrem si ideálně nečistěte zuby, nejezte a nepijte.
- ❑ Na odběrové místo a z něj cestujte ideálně vlastním autem, vyberte **nejkratší možnou cestu**, dodržujte **rozestupy** od ostatních (minimálně 2 metry), mějte po celou dobu důkladně **zakrytá ústa i nos** (rouškou či respirátorem), **minimalizujte kontakt** s okolním prostředím a často si **dezinfikujte ruce**.
- ❑ Na odběrovém místě dodržujte stanovená organizační a protiepidemická opatření.

Na osoby, se kterými sdílíte domácnost, se do doby průkazu či vyvrácení nemoci COVID-19 nevztahují karanténní opatření, avšak je **velmi vhodné**, aby do doby konzultace Vašeho stavu s lékařem či zjištění výsledku testu také minimalizovali kontakt s ostatními lidmi a na veřejnosti měli stále zakrytá ústa i nos. Je-li to možné, je doporučováno těmto osobám během této doby využít práci či studium z domova.

Výsledek testu Vám bude sdělen do 48 hod formou SMS. **O výsledku testu informujte co nejdříve svého PRAKTICKÉHO LÉKAŘE.**

## DĚKUJEME, ŽE DODRŽUJETE STANOVENÁ PRAVIDLA A POMÁHÁTE TAK CHRÁNIT SEBE I SVÉ OKOLÍ.



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY



CENTRÁLNÍ  
ŘÍDÍCÍ TÝM  
COVID-19

IS21 LINKA  
1221

# Co mám dělat, když MÁM NEGATIVNÍ VÝSLEDEK TESTU



Negativní výsledek testu znamená, že v tuto chvíli u Vás nebylo prokázáno onemocnění COVID-19. Následující pravidla se pro Vás liší podle důvodu, proč jste byl/a testován/a, proto si důkladně přečtěte následující text.

## 1 MÁTE PŘÍZNAKY ONEMOCNĚNÍ COVID-19

- ❑ Přestože se cítíte nemocný/á, onemocnění COVID-19 u Vás nebylo prokázáno. Pravděpodobně proděláváte jiné infekční onemocnění.
- ❑ Kontaktujte co nejdříve svého **PRAKTICKÉHO LÉKAŘE** (či jiného lékaře, který Vaše vyšetření indikoval), informujte ho o výsledku Vašeho testu a domluvte se na dalším postupu.
- ❑ V případě závažného zhoršení (např. dušnost) Vašeho zdravotního stavu volejte Zdravotnickou záchrannou službu (telefon 155)

## 2 BYL/A JSTE V KONTAKTU S NAKAŽENOU OSOBOU

Osoby, které byly ve významném kontaktu s nakaženým, je třeba testovat z důvodu včasného dohledání dalších nakažených osob, aby se zamezilo dalšímu šíření onemocnění COVID-19. Protože se toto onemocnění může projevit i za delší dobu od kontaktu s nemocnou osobou, nevylučuje negativní test zpočátku karantény možnost, že se u Vás onemocnění COVID-19 projeví o několik dní později a můžete být infekční. Z tohoto důvodu musíte dodržovat pravidla **KARANTÉNY**, abyste případně nešířil/a onemocnění nevědomě na další osoby:

- ❑ Zůstaňte doma a i přesto, že se cítíte zdrav/a, a vyhýbejte se kontaktu s lidmi.
- ❑ Ihned po zjištění výsledku testu kontaktujte telefonicky svého **PRAKTICKÉHO LÉKAŘE**, který Vás bude informovat o dalším postupu a poučí Vás.
  - ▶ Pokračujte v domácí **KARANTÉNĚ** a to na dobu, kterou stanoví Váš praktický lékař.
- ❑ Poté telefonicky kontaktujte svého **ZAMĚSTNAVATELE** a informujte ho o Vaší situaci.
- ❑ Zpozorujete-li na sobě během **KARANTÉNY** příznaky onemocnění COVID-19 (teplota nad 37,3°C, suchý kašel, zhoršené dýchání, ztráta chuti nebo čichu, zažívací obtíže), kontaktujte telefonicky svého praktického lékaře a domluvte se na dalším postupu.

## 3 TEST NA VLASNÍ ŽÁDOST (SAMOPLÁTCE)

Onemocnění COVID-19 u Vás nebylo prokázáno, proto se na Vás nevztahují žádná karanténní opatření.

**DĚKUJEME, ŽE DODRŽUJETE STANOVENÁ PRAVIDLA  
A POMÁHÁTE TAK CHRÁNIT SEBE I SVÉ OKOLÍ.**



# Co mám dělat, když MÁM NEGATIVNÍ VÝSLEDEK TESTU



Negativní výsledek testu znamená, že v tuto chvíli u Vás nebylo prokázáno onemocnění COVID-19. Následující pravidla se pro Vás liší podle důvodu, proč jste byl/a testován/a, proto si důkladně přečtěte následující text.

## 1 MÁTE PŘÍZNAKY ONEMOCNĚNÍ COVID-19

- ❑ Přestože se cítíte nemocný/á, onemocnění COVID-19 u Vás nebylo prokázáno. Pravděpodobně proděláváte jiné infekční onemocnění.
- ❑ Kontaktujte co nejdříve svého **PRAKTICKÉHO LÉKAŘE** (či jiného lékaře, který Vaše vyšetření indikoval), informujte ho o výsledku Vašeho testu a domluvte se na dalším postupu.
- ❑ V případě závažného zhoršení (např. dušnost) Vašeho zdravotního stavu volejte Zdravotnickou záchrannou službu (telefon 155)

## 2 BYL/A JSTE V KONTAKTU S NAKAŽENOU OSOBOU

Osoby, které byly ve významném kontaktu s nakaženým, je třeba testovat z důvodu včasného dohledání dalších nakažených osob, aby se zamezilo dalšímu šíření onemocnění COVID-19. Protože se toto onemocnění může projevit i za delší dobu od kontaktu s nemocnou osobou, nevyklučuje negativní test zpočátku karantény možnost, že se u Vás onemocnění COVID-19 projeví o několik dní později a můžete být infekční. Z tohoto důvodu musíte dodržovat pravidla **KARANTÉNY**, abyste případně nešířil/a onemocnění nevědomě na další osoby:

- ❑ Zůstaňte doma a i přesto, že se cítíte zdrav/a, a vyhýbejte se kontaktu s lidmi.
- ❑ Ihned po zjištění výsledku testu kontaktujte telefonicky svého **PRAKTICKÉHO LÉKAŘE**, který Vás bude informovat o dalším postupu a poučí Vás.
  - ▶ Pokračujte v domácí **KARANTÉNĚ** a to na dobu, kterou stanoví Váš praktický lékař.
- ❑ Poté telefonicky kontaktujte svého **ZAMĚSTNAVATELE** a informujte ho o Vaší situaci.
- ❑ Zpozorujete-li na sobě během **KARANTÉNY** příznaky onemocnění COVID-19 (teplota nad 37,3°C, suchý kašel, zhoršené dýchání, ztráta chuti nebo čichu, zažívací obtíže), kontaktujte telefonicky svého praktického lékaře a domluvte se na dalším postupu.

## 3 TEST NA VLASNÍ ŽÁDOST (SAMOPLÁTCE)

Onemocnění COVID-19 u Vás nebylo prokázáno, proto se na Vás nevztahují žádná karanténní opatření.

**DĚKUJEME, ŽE DODRŽUJETE STANOVENÁ PRAVIDLA  
A POMÁHÁTE TAK CHRÁNIT SEBE I SVÉ OKOLÍ.**



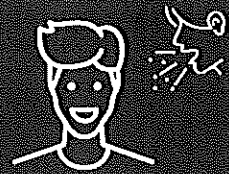
MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY



CENTRÁLNÍ  
ŘÍDÍCÍ TÝM  
COVID-19

IS21 LINKA  
1221

# Co mám dělat, když jsem byl V KONTAKTU S POZITIVNĚ TESTOVANOU OSOBOU



O tom, že jste byl/a ve rizikovém kontaktu s osobou pozitivně testovanou na onemocnění COVID-19 (nakažená osoba), můžete být informován/a těmito způsoby:

- ❑ Kontaktuje Vás přímo nakažená osoba.
- ❑ Přijde Vám upozornění z aplikace e-Rouška.
- ❑ Kontaktuje Vás zaměstnanec hygienické stanice, popřípadě Váš praktický lékař.

Za rizikový kontakt se zpravidla považuje situace, kdy jste s nakaženou osobou pobýval/a déle než 15 minut a na vzdálenost menší než 2 metry, kdy současně minimálně jeden z Vás neměl dostatečně zakrytá ústa a nos (rouškou či respirátorem). Zda se opravdu jednalo o rizikový kontakt, vyhodnotí zaměstnanec hygienické stanice nebo lékař.

Pokud byl Váš kontakt s nakaženou osobou vyhodnocen jako významný, existuje jistá pravděpodobnost, že jste se mohl/a také nakazit. Z tohoto důvodu postupujte následovně:

- 1 Zůstaňte doma a vyhýbejte se kontaktu s ostatními lidmi. Dojde-li ke kontaktu, mějte vždy zakrytá ústa i nos (např. rouška, respirátor), nikoho se nedotýkejte.
- 2 Zjistíte-li informaci o Vašem významném kontaktu s nakaženou osobou jiným způsobem než od zaměstnance hygienické stanice, kontaktujte telefonicky svého **PRAKTICKÉHO LÉKAŘE** a informujte ho o Vaší situaci.
  - ❑ Lékař Vám vystaví **elektronickou žádanku k odběru** na průkaz nákazy COVID-19 a poučí Vás o dalším postupu a nevhodnějším termínu odběru.
  - ❑ Vyhodnotí-li Váš kontakt za rizikový, bude Vám okamžitě nařízena domácí **KARANTÉNA**.
    - ▶ Bude-li Vás poté kontaktovat hygienická stanice, informujte ji, že žádanku Vám vystavil lékař a že Vám byla nařízena domácí karanténa.
- 3 Pokud Vás bude kontaktovat jako první zaměstnanec **HYGIENICKÉ STANICE**, který Váš kontakt vyhodnotí jako rizikový, poučí Vás o dalším postupu, vystaví Vám žádanku k odběru a následnému testování na průkaz nákazy COVID-19 a domluví se s Vámi na nevhodnějším termínu odběru.
  - ❑ V tomto případě kontaktujte svého praktického lékaře, který s Vámi probere záležitosti ohledně domácí **KARANTÉNY**.
- 4 O své situaci informujte svého **ZAMĚSTNAVATELE**.
- 5 Pokud Vám byla vystavena elektronická žádanka k odběru a testování, zarezervujte si odběr dle pokynů toho, kdo žádanku vydal.
  - ❑ Seznam odběrových míst: <https://koronavirus.mzcr.cz/seznam-odberovych-center/>
  - ❑ Alespoň 1-2 hodiny před odběrem si ideálně nečistěte zuby, nejezte a nepijte.
  - ❑ Na odběrové místo a z něj cestujte ideálně vlastním autem, pokud to není možné, vyberte si **nejkratší možnou cestu**, dodržujte **rozestupy** od ostatních (minimálně 2 metry), mějte po celou dobu důkladně **zakrytá ústa i nos** (rouškou či respirátorem), **minimalizujte kontakt** s okolním prostředím a často si **dezinfikujte ruce**.
  - ❑ Na odběrovém místě dodržujte všechna organizační a protiepidemická opatření.
- 6 Výsledek testu Vám bude sdělen do 48 hod formou SMS. **O výsledku testu informujte co nejdříve jak svého PRAKTICKÉHO LÉKAŘE.**

