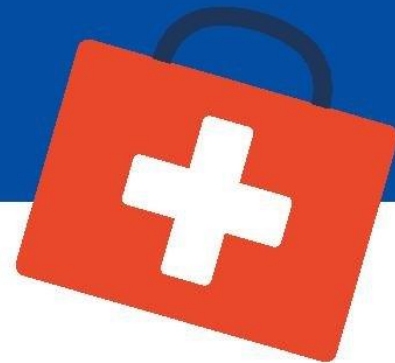


# ČO ROBIŤ PRI NÁKAZE VARIANTOM OMIKRON



## PRÍZNAKY

- teploty
- zimnica
- bolesti svalov
- bolesti celého tela
- bolesti / škriabanie v hrdle
- nádcha
- kašeľ
- zachrípnutie
- výrazné nočné potenie
- výrazná únava
- bolesti hlavy
- sfarbenie pier, nechtov a kože do siva
- zápal očných spojiviek (červené oči)
- u detí môže byť prítomná vyrážka

## AK MÁTE NIEKTORÝ Z UVEDENÝCH PRÍZNAKOV

- zostaňte doma a telefonicky alebo e-mailom kontaktujte svojho všeobecného lekára
- zaznamenávajú si svoje príznaky a konzultujte ich so svojim lekárom
- dodržiavajte pokyny svojho lekára, nariadenia epidemiológa a všeobecne nariadené postupy odstup, rúško, dezinfekcia, izolácia

## LIEČBA

- Pri teplote nad 38 °C užívajte lieky na zníženie teploty (paracetamol, ibuprofen, metamizol, kyselina acetylosalicylová), ktoré majú aj analgetický účinok (tlmia bolesť)
- Na suchý dráždivý kašeľ sú vhodné lieky na zmiernenie kašľa, prípadne v kombinácii s mukolytikom (acetylcystein, erdostein, ambroxol)
- Pri pocite upchatého nosa užívajte nosové kapky
- Vitamíny (C, D, B, Zinok...) – vhodné sú aj multivitamíny
- Pite dostatok tekutín
- Dodržiavajte prísny kludový režim na lôžku (vhodná poloha na boku alebo bruchu)
- Liečbu konzultujte s vaším lekárom alebo lekárnikom

## KEDY VYHL'ADAŤ LEKÁRSKU POMOC ALEBO VOLAŤ RZP

- ak sa váš zdravotný stav sa náhle zhoršuje
- máte intenzívne problémy s dýchaním
- máte nedostatočnú saturáciu kyslíka nameranú oxymetrom (pod 93%)
- máte pocit sťaženého dýchania, bolesti na hrudníku a počet dychov nad 25/ minútu
- máte intenzívne problémy so zrakom alebo sluchom
- ak sa u vás objavia náhle problémy s rovnováhou
- vy alebo okolie u vás pozoruje náhle zlyhávanie pamäti
- máte pocit na odpadnutie, kolaps
- máte iné vážne novovzniknuté príznaky, ktoré nemáte možnosť konzultovať so svojim všeobecným lekárom

Bližšie informácie na [korona.gov.sk](https://korona.gov.sk)



BANSKOBYSŤRICKÝ  
SAMOSPRAVNÝ KRAJ



Pre občanov je prístupná infolinka COVID-19: 0800 174 174