

# **DOPORUČENÍ WHO K POUŽÍVÁNÍ OCHRANNÝCH POMŮCEK**

## **pro zdravotnické pracovníky a obyvatele**

WHO (Světová zdravotnická organizace) zpracovala materiály, kde podrobně informuje o používání ochranných prostředků (lékařské roušky, ústenky, respirátory a prostředky pro mytí rukou) a přijímání opatření k ochraně před šířením koronaviru. Toto jsou základní doporučení:

- Pravidelně a důkladně si umývejte a desinfikujte ruce prostředky na bázi alkoholu.
- Nedotýkejte se očí, nosu a pusy.
- Pokud kýčáte nebo kašlete, vždy do jednorázového kapesníku, který následně zahodíte. Pokud kapesník nemáte, použijte alespoň rukáv.
- Pokud máte respirační obtíže, noste roušku a umyjte si ruce po každém jejím sundání.
- Dodržujte minimální vzdálenost osob na veřejnosti, alespoň 2 m.
- Nošení lékařských roušek je WHO indikováno u osob s klinickými příznaky respiračního onemocnění z důvodu zamezení dalšího šíření nákazy do okolí.
- Používání lékařských roušek je jistě jedno z důležitých preventivních opatření, které pomáhá omezit šíření některých respiračních onemocnění, včetně koronaviru. Přesto používání roušky bez dalších opatření je nedostatečné. V případech, kdy je nošení roušky indikováno, musí být toto opatření kombinováno s dostatečnou hygienou a častým mytím rukou.
- Nošení roušek může podporovat falešný pocit bezpečí, proto nezapomínejte na hygienu rukou!
- Kapacity výrobců jednorázových lékařských roušek rozhodně nejsou dostatečné, aby každý člověk na zemi mohl roušku nosit a denně střídat. Proto by lidé bez klinických příznaků rozhodně neměli bezdůvodně používat lékařské roušky (respirátory), ale chránit sebe a především okolí jiným vhodným způsobem, například látkovými rouškami pro opakované použití
- WHO doporučuje, aby lékařští pracovníci, kteří pečují v přímém kontaktu o nakažené pacienty, používali tyto ochranné pomůcky: ochranný plášť, rukavice, lékařskou roušku a ochranu očí.
- WHO dále doporučuje, používat respirátory (N95, FFP2 nebo obdobného standardu) pouze v případě lékařských nebo podobných pracovníků, kteří by mohli přijít do kontaktu s kontaminovaným aerosolem.
- Posouzení zda použít k zakrytí obličeje „obyčejnou“ látkovou roušku nebo šátek, lékařskou roušku, anebo respirátor, závisí na zhodnocení rizikovosti prostředí, ve kterém se pohybujete a činnosti, kterou provozujete. Nadužívání speciálních ochranných pomůcek může mít za následek jejich nedostatek.

Krizový štáb ORP Sušice