

Aktuální epidemiologická situace akutních respiračních onemocnění v Kraji Vysočina za 41. týden

14.10.2024 - Jana Böhmová | Krajská hygienická stanice kraje Vysočina

Krajská hygienická stanice kraje Vysočina eviduje za 41. týden letošního roku v regionu 1508 nových případů akutních respiračních infekcí na 100 tis. obyvatel. Nejvíce nových případů je hlášeno na Žďársku (2013 případů na 100 tis. obyvatel) a Pelhřimovsku (1869 případů na 100 tis. obyvatel). Nejméně nových pacientů přibýlo na Jihlavsku (1166 případů na 100 tis. obyv.).

„Respirační onemocnění se velmi snadno přenášejí. Abychom ochránili sebe i své okolí před nákazou, měli bychom v době postupného nárůstu počtu případů respiračních onemocnění dodržovat několik základních jednoduchých pravidel,“ radí MUDr. Hana Pavlasová, ředitelka Odboru protiepidemického Krajské hygienické stanice kraje Vysočina.

DOPORUČENÍ, jak předcházet šíření infekčních respiračních onemocnění:

- Mýt si často ruce, a to mýdlem a teplou vodou, používat dezinfekci na alkoholové bázi.
- Při kašli a kýchání zakrývat nos a ústa kapesníkem nebo ohnutým loktem.
- Dodržovat vzájemně bezpečné rozestupy alespoň 1 m.
- Omezit podávání rukou či objímání při pozdravu.
- Opakovaně krátce a intenzivně větrat uzavřené prostory (zvláště pracoviště, školní třídy...).
- Nevyhledávat akce, kde se koncentruje velké množství lidí.
- Pobývat co nejčastěji na čerstvém vzduchu.
- Posilovat imunitu, zvýšit příjem ovoce a zeleniny, zdravě jíst, mít dostatek pohybu a spánku, otužovat se.
- Chránit před nákazou ohrožené skupiny osob nošením ochrany dýchacích cest ve zdravotnických a sociálních zařízeních.

Mezi původci onemocnění dýchacích cest stále převládají rhinoviry, Sars-Cov-2, který způsobuje covid-19 a *Mycoplasma pneumoniae*.

„Účinnou prevencí proti těžkému průběhu onemocnění a dlouhodobým následkům, včetně rizika úmrtí, je očkování proti chřipce a covid-19. Právě v tomto období je vhodný čas nechat se očkovat,“ radí MUDr. Pavlasová.

Očkovat je možné se nechat u svého praktického lékaře, v očkovacích centrech nebo u praktických lékařů, kteří nabízejí očkování pro pacienty registrované u jiného praktického lékaře.

<https://www.khsjih.cz/tiskove-zpravy/cteni/123-aktualni-epidemiologicka-situace-akutnich-respiracnich-h-onemocneni-v-kraji-vysocina-za-41-tyden>