

NOVINY NÁRODNÉHO ÚSTAVU DETSKÝCH CHORÔB

BEZPLATNÝ
ŠTVRTROČNÍK
SPECIÁLNE ČÍSLO

Doktoroviny

Všetko o víruse Covid-19

Pomôcka nielen pre deti



Noviny Národného ústavu
detských chorôb,
prvý ročník, 2019

Vydavateľ:
NÚDCH, Limbova 1,
853 40 Bratislava

Tlač:
NEUMAHR,
Mlynská dolina 5, 841 04
Bratislava 4

Redakcia:
Šéfredaktorka:
Mgr. Zuzana Čilimáriková,
PhD., MPH

Redaktorka:
Mgr. Danka Kamenická

Grafická úprava:
Stana Lettrichová

Ilustrácia a grafiky:
Sára Somorová
Kamila Urmaniová

Foto:
František Gašik

Periodicita: 4 x ročne

Náklad 1000 kusov

Evidenčné číslo EV 5852/19

Noviny sú nepredajné.

OBSAH

- 03 Na slovíčko s generálnym riaditeľom
- 04 Všetko o koronavírusu
- 05 Bezpečnostné opatrenia
- 06 Najčastejšie otázky a odpovede Covid-19 a deti
- 08 Čo je to koronavírus?
- 09 Aké sú príznaky koronavírusu?
- 10 Ako sa chrániť pred koronavírusom?



Národný ústav detských chorôb si uvedomuje dôležitosť správneho informovania o novom type korona vírusu COVID-19. Preto sa náš tím odborníkov rozhodol pripraviť presne cieľovú kampaň na detského pacienta a aj rodičov. Ide sice o pomerne jednoduché a všeobecne známe rady, ale doteraz sa nikto nezamyslel, že deti potrebujú tieto informácie spracovať im vlastnou formou. Naša terapeutická komunikácia, ktorú už rok presadzujeme v našej nemocnici, prináša prvé úspechy, preto sme sa rozhodli pomerne rýchlo a rovnaký princíp sme zvolili aj pre súčasní situáciu. Nechceme robiť paniku, chceme ale ešte viac pomôcť najmä deťom, ktoré potrebujú určité iný prístup v komunikácii. Kampaň má naozaj pomerne jednoduchú štruktúru.

Ako prvé nemocnica pripravila 3 videá, tie sú zverejnené na našich sociálnych sieťach. V prvom videu neurochirurg učí svojho malého kamarata, ako si správne umyť ruky. Druhé video je pripravované v štýle detí-deťom, kde sa opäť deti shodnou formou rozprávajú o korona víruse a o základných opatreniach, ktoré treba dodržiavať.

Tretie video je venované rodičom, prednostka najväčšej detskej kliniky prof. MUDr. Ludmila Podracká CSc., zase vysvetľuje ako treba s deťmi hovoriť o víruse, ale aj o tom, prečo musia ostať doma a čo ich čaká. Správna komunikácia je absolútne nespochybniteľná cesta, ktorú sme povinní dodržiavať. Naša práca nie je len o medicínskych postupoch. Rodičia nám veria a rovnako aj naši pacienti, preto vhodná forma informovania v konečnom dôsledku pomáha aj nám zdravotníkom. Správne edukovaná verejnosť je presne to, čo v tejto situácii pomôže, aby sa nešírila panika, ale zase aby sa nerobili zbytočné chyby v procese boja proti tomuto víruse. Rovnako sme pripravili aj jednoduchý komix pre deti o víruse, ako aj súbor základných najčastejších otázok, ktoré sa nás rodičia pýtajú.

Národný ústav detských chorôb nevyňaložil na kampaň žiadne finančné prostriedky, všetky materiály, ako aj videá si robíme vo vlastnej réžii. Tlač sme zabezpečili vďaka nášmu občianskemu združeniu NÚDCH Deťom. Ďakujeme za vašu priazeň.

03

09

VŠETKO O KORONAVÍRUSE



Koronavírus je vládne - v novinách, na internete a vletci o ňom hovoria, vrátane rodičov i detí. Pre rodiča je prirodzené, že chce urobiť všetko pre to, aby bolo jeho dieťa chránené. Preto sme pre vás pripravili informácie, ktorú môžu pomôcť vám a rovnako vašim deťom.

Mimoriadne nebezpečné pri tomto víruse je, že príznaky sú príliš podobné bežnému nachladnutiu, a preto sa trochu ľahšie odhaľuje.

Keďže zatiaľ neexistuje liek na koronavírus, najlepším spôsobom, ako udržať deti zdravé, je dodržať určité preventívne opatrenia.

Čítajte ďalej, ideme sa pozrieť na to, čo je to koronavírus, aké sú jeho príznaky a aké opatrenia môže urobiť každý jeden z nás.

ČO JE TO KORONAVÍRUS?

Ludská forma koronavírusu patrí do skupiny vírusov spôsobujúce mierne až stredne ťažkosti s príznakmi, ktoré sú podobné chrípke a nachladnutiu.

MEZÍ SYMPTÓMY KORONAVÍRUSU PATRÍ:

- DÝCHAVIČNOSŤ
- HORÚČKA
- KAŠEL
- NÁDCHA
- ÚNAVA
- BOLEST' V KRKU
- BOLEST' HLAVY
- HŇAČKA
- ZÁPAL PLŮC



BEZPEČNOSTNÉ OPATRENIA

Rodičia musia dodržiavať nasledujúcich 7 opatrení:

- 1 Podporujte deti, aby si dôkladne umývali ruky mydlom a vodou po dobu najmenej dvadsať sekúnd. Mali by si umývať aj všetky prsty, priestor medzi prstami a celé ruky. Umývať ruky by si mali pred každým jedlom, po návrate z akéhokoľvek verejného miesta a hlavne potom, čo boli v blízkosti niekoho, kto je alebo by mohol byť chorý. Video ako si správne umyť ruky nájdete na našich sociálnych sieťach.
- 2 Ubezpečte sa, že dieťa dostalo vakcínu proti chrípke. Neexistuje žiadna vakcína proti koronavírusu, ale deti by mali byť zaočkované proti chrípke ako preventívne opatrenie odlišenia chrípky a koronavírusu vzhľadom na rovnaké symptómy.
- 3 Učte deti nedotýkať sa tváre vrátane oblastí okolo úst, očí alebo nosa, ak nemajú riadne umyté ruky. Vyžadujte od detí, aby používali vlhčené obrúsky na utieranie tváre a hneď po použití ich vyhodte.
- 4 Dohliadnite, aby deti zdravo jedli, pravidelne cvičili a dostatočne spali. Pomôžete zvýšiť ich imunitu.
- 5 Ak viete, že niekto vo vašom okolí má nádchu, kaše alebo má horúčku, držte deti v dostatočnej vzdialenosti, ideálne, aby neprišli vôbec do blízkosti takéhoto človeka.
- 6 Ak už je potvrdený koronavírus vo vašom meste, svoj spoločenský život odložte na neskôr. Znamená to, že ostanete doma, a von vychádzajte iba v nevyhnutných prípadoch.
- 7 Vyhňte sa akýmkoľvek verejným zhromaždeniam, šanca, že sa od niekoho nakazíte je pomerne vysoká.

05

NAJČASTEJŠIE OTÁZKY A ODPOVEDE COVID-19 A DETI

Otázka: Sú deti náchylnejšie ochoriť na koronavírus, v porovnaní s bežnou populáciou a ako je možné zabrániť tejto infekcii?

Odpoveď: Nie, neexistujú dôkazy o tom, že deti sú náchylnejšie. V skutočnosti sa väčšina potvrdených prípadov COVID-19 v Číne vyskytla u dospelých. Existuje pár hlásení infekcií u detí, ako aj u veľmi malých detí. Avšak uverejnených informácií, bola infekcia u detí pomerne zriedkavá. Deti by mali dodržiavať bežné preventívne opatrenia, aby zabránili infekcii. A to je: časté umývanie rúk mydlom a vodou alebo dezinfekciou na ruky, vyhýbanie sa chorým ľuďom a mali by mať absolvované všetky povinné očkovania vrátane očkovania proti chrípke.

Otázka: Líšia sa klinické príznaky COVID-19 u detí v porovnaní s dospelými?

Odpoveď: Limitované záznamy o deťoch s COVID-19 v Číne popisovali príznaky podobné prechladnutiu alebo chrípke, ako je horúčka, nádcha a kašeľ. U najmenej jedného dieťaťa s COVID-19 bolo hlásené gastrointestinálne príznaky (ako vracanie a hnačka). Tieto limitované záznamy naznačujú, že deti s potvrdeným COVID-19 mali vo všeobecnosti mierne príznaky. Zaznamenané sú aj závažné komplikácie (syndróm akútneho respiračného zlyhania, septický šok), ale zo záznamov vyplýva, že sú ojedinelé.

06

Otázka: Sú deti v porovnaní s dospelými vystavené zvýšenému riziku vážneho priebehu choroby alebo umrtnosti na infekciu COVID-19?

Odpoveď: Ako je uvedené vyššie, doteraz bolo sprístupnených len málo informácií o klinických výsledkoch u detí s COVID-19. Tieto limitované zdravotné záznamy naznačujú, že priebeh choroby u detí s potvrdeným COVID-19 je mierny. Rovnako ako u iných respiračných chorôb, pri určitých deťoch môže byť zvýšené riziko závažnej infekcie, napríklad u detí so zhoršeným zdravotným stavom alebo zníženou imunitou.

Otázka: Existuje konkrétna liečba pre deti s COVID-19?

Odpoveď: Zatiaľ neexistujú žiadne konkrétne antivirové lieky pre COVID-19. Ako uvádzame, deti a ich rodinní príslušníci by sa mali dodržiavať bežné preventívne opatrenia s cieľom zabrániť šíreniu respiračných infekcií ako časté umývanie rúk mydlom a vodou alebo alkoholovým dezinfekčným prostriedkom na ruky, pri kašľaní použiť jednorazový vreckovku alebo lakeť a dodržiavať očkovací kalendár doplnený o očkovanie proti chrípke.

07

ČO JE TO KORONAVÍRUS ?

VÍRUS JE MALÝ ORGANIZMUS, KTORÝ SA DOSTANE DO NAŠHO TEĽA.



TAM SA ZAČNE ROZMNOŽOVAŤ A PRITOM MÔŽE POŠKODIŤ NAŠE BUNKY.

ĽE POTOM NEFUNGUJÚ SPRÁVNE A PRETO SME CHORÍ.

TEĽO SI TO VŠIMNE A ZAČNE PROTI VÍRUSOM BOJOVAŤ.



A PRETO MÁME NÁDCHU, BOLÍ NAS HLAVA ALEBO MÁME HORÚČKU.

KORONAVÍRUS JE VÍRUS, KTORÝ SPÔSOBUJE OCHORENIE, KTORÉ VOLÁME COVID-19.

 NÚDCH

09

AKÉ SÚ PRÍZNAKY KORONAVÍRUSU ?



09

AKO SA CHRÁNIŤ PRED KORONAVÍRUSOM ?



UMÝVAJ SI RUKY MYDLOM
A VODOU

PRI KAŠLANÍ SI ZAKRI ÚSTA
VREČKOVKOU A NÁSLEDNE JU
ZAHOĎ DO KOŠA



KÝCHAJ DO RUKÁVA
ALEBO DO JEDNORÁZOVEJ
VREČKOVKY



A NEZABUDNI NA ZDRAVÚ
STRÁVU A DOSTATOK BOHYBU !



10

ALE NIČ SA NEBOJ,



**NAŠE SESTRIČKY A LEKÁRI SÚ
PRIPRAVENÍ VŽDY POMÔČŤ !**



11



Deťom o.z.



Pomôcť môžeš aj ty. Vďaka Občianskemu združeniu NÚDCH Deťom sme za 2 mesiace rozdělili viac ako 80 tisíc eur. Vďaka našim darcom sme mohli zakúpiť mnohé prístroje a pomôcky pre naše kliniky, ale aj pomôcť rodičom v núdzi. V našom združení všetci pracujú bez nároku na honorár, čiže každé jedno euro ide presne, tam, kde ho najviac treba - za detským pacientom.

Číslo účtu: SK 38 0900 000000 51 59 77 88 10

ĎAKUJEME!

www.nudch.eu