

Co když mám příznaky koronaviru

1. Zůstat v domácí karanténě a nevycházet ven
2. Izolovat se od ostatních osob v domácnosti
3. V případě nutnosti konzultace obtíží **telefonicky** kontaktovat svého obvodního lékaře (**v žádném případě nejezdit do ordinace!**)
4. Další možnosti, kde se poradit: nonstop linky Státního zdravotního ústavu **724 810 106** nebo **725 191 367** nebo **725 191 370**
5. Nosit ústní roušku, pokud to bylo doporučeno lékařem či hygienikem
6. Krýt si ústa a nos při kašli a kýchání (nikdy ne do dlaně, ale do rukávu nebo do papírového kapesníku a ten hned vyhodit)
7. Mýt si ruce (nejméně 40 sekund, můžete si u toho třeba zpívat)
8. Vyhnut se sdílení domácích potřeb
9. Nezvat si domů návštěvy

Další detaily a doporučení (jak prát, co s odpadem, jak se stýkat s domácími mazlíčky apod.) najdete zde: [**Domácí karanténa**](#)

Koronavirus není běžná sezónní chřipka. Chřipka se šíří rychleji, má kratší inkubační dobu, ale pravděpodobnost úmrtí při nákaze koronavirem je čtyřicetkrát vyšší, a to ve všech věkových kategoriích.

Inkubační doba u koronaviru je zhruba 14 dní. Tedy ode dne nakažení do propuknutí prvních příznaků uplynou celé dva týdny.

Horečka a suchý kašel se projevují hned napočátku onemocnění, zhruba po týdnu se obvykle přidává ještě dušnost.

Jak léčit lehký průběh koronaviru?

radí lékař, MUDr. Jiří Štefánek

V podstatě stejně, jako jsme zvyklí léčit sezonní chřipku. Lehký COVID-19 totiž není nic tragického, prostě si ho představte jako běžnou infekci dýchacích cest, bývá u něj zvýšená teplota, suchý kašel, bolesti svalů a únava. U lehčích případů by neměla být přítomna výraznější dušnost. Podle nedávné menší italské studie byla právě vznikající dušnost důležitou indikací k zavolání ZZS a převozu pacienta do nemocnice. Pacient, u kterého se dušnost objeví, by doma být podle těchto zkušeností léčen neměl.

Základem léčby lehkého COVID-19 je zůstat doma, odpočívat a přijímat dostatek teplých tekutin. Vitaminy zřejmě neudělají žádné zázraky, ale rozhodně neuškodí. Z léků lze použít ty klasické, dávky jsou pro dospělého:

I. Antipyretika (léky na snížení vysoké teploty)

Pro infekce obecně platí, že srážet teplotu za každou cenu je špatný nápad. Teplotu srážejte při horečce nad 38,5 °C, jinak to není vhodné.

Zvýšená teplota totiž pomáhá imunitnímu systému bojovat s infekcí.

Paracetamol 500mg tbl(Paralen, Panadol, Coldrex) 1-2 tbl po 4-6 hodinách, maximální denní dávka 4g/den, nekombinovat s dalšími léky obsahujícími paracetamol, nástup účinku je do 30 minut

II. Mukolytika (léky proti vlhkému kašli; většinou lze zakoupit ve formě kapek, či tablet)

Při vlhkém kašli, neužívat na noc, nekombinovat s antitusiky (hrozí hromadění rozpuštěných hlenů v dýchacích cestách). U COVID-19 zřejmě nebudou tolik využívané, neboť kašel bývá spíše suchý

- 1) Ambroxol 30mg tbl (Ambrobene, Ambrosal) 1 tbl 2x denně
- 2) Bromhexin 8mg tbl 1-2 á 8 hod, roztok 12mg/ml 15-30 kapek 3x denně
- 3) Erdostein: Erdomed - tablety jsou na předpis, ale granule pro perorální suspenzi, čili klasické granule do vody, jsou na volný prodej

III. Antitusika (léky proti suchému, dráždivému kašli; nekombinovat s mukolytiky)

účinná látka butamirát:

Sinecod sirup 0,15% 15ml 4x denně

Tusin 4,62mg/ml 30 kapek 3x denně

Stoptusin (kombinace s guaifenesinem) 0,8mg/ml + 20mg/ml 5ml 3x den

Levodropropizin: Levopront kapky 20 kapek 3x denně

Pozn. 1: Není pravda, že COVID-19 zabíjí přednostně mladé lidi se zdravou silnou imunitou tzv. cytokinovou bouří, to je omyl. Dojít k tomu sice může, takové případy jsou popisovány, ale jsou vzácné. COVID-19 nejčastěji zabíjí starší lidi s oslabenou imunitou. Malé děti COVID-19 nezabíjí vůbec, myslím, že dosud nebylo prokázáno jediné úmrtí dítěte.

Pozn. 2: COVID-19 nejčastěji probíhá zmíněnou lehkou formou a lidé se z něj normálně vyléčí. Trvá to ale často poněkud déle než u běžné sezonní chřipky, může jít i o víc týdnů. Po onemocnění by měla vznikat imunita díky přítomnosti protilátek, ale není jisté, jak dlouho její účinek trvá. Bude jistě individuální.