|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| Vážení členové a příznivci, zasíláme vám formou mimořádného sdělení důležité instrukce, které sepsal doc. MUDr. Jiří Kříž, Ph. D., primář Spinální jednotky FN Motol a předseda České společnosti pro míšní léze. |

 |

 |

 |
|

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| DOPORUČENÍ PRO PREVENCI A ONEMOCNĚNÍ COVID-19 U OSOB S MÍŠNÍ LÉZÍU populace s míšní lézí je třeba počítat se zvýšeným rizikem v souvislosti s onemocněním Covid-19. Dosud nebylo prokázáno, že by lidé s poraněním míchy byli více náchylní ke koronavirové infekci než běžná populace. Mohou však mít zhoršenou imunitu nebo oslabené dýchání, což může znamenat závažnější průběh infekce a horší důsledky. Proto by měli jak osoby s míšní lézí, tak jejich rodinní příslušníci či pečovatelé dodržovat doporučení přísněji než běžná populace.* Čím méně kontaktů, tím lépe. Využívejte proto pokud možno jednoho asistenta či rodinného příslušníka, který maximálně dodržuje všechna preventivní doporučení.
* Zajistěte si předem náhradní asistenci pro případ, že onemocní člen rodiny, pečovatel či osobní asistent, který tuto službu vykonával.
* Měli byste mít doma dostatek trvanlivých potravin, stejně tak jako toaletní papír a další hygienické pomůcky, jako jsou podložky nebo katetry, které denně používáte. Zásadní je rovněž dostatek všech používaných léků.
* I přes výše uvedené zásoby mějte vždy domluvený kontakt alespoň na dvě osoby, které v případě potřeby zajistí doplnění potřebného sortimentu.
* Omezte kontakt s okolím na minimum.
* Požádejte všechny pečovatele a osobní asistenty, aby během návštěvy používali roušku, při příchodu si myli a dezinfikovali ruce, stejně jako před každým úkonem, který s Vámi budou provádět.
* Pravidelně myjte a dezinfikujte všechny povrchy, kterých se dotýkáte a používejte dezinfekční ubrousky na předměty, které používáte (klávesnice, mobilní telefon).
* Instruujte všechny své blízké, přátele a pečovatele, aby Vás v případě jakýchkoliv příznaků onemocnění nenavštěvovali!
* Pokud musíte nutně opustit domov, použijte respirátor s označením FFP2 nebo FFP3, pokud možno nevyužívejte městskou hromadnou dopravu a udržujte odstup od jiných lidí, nejlépe 4 m. Pokud nemáte respirátor, použijte alespoň roušku či šátek, který po návratu domů vyperte.
* Zjistěte si předem od praktického lékaře nebo na internetu kontakt na spádovou hygienickou službu.
* Další doporučení se shodují s doporučeními pro běžnou populaci – mytí rukou, dostatek vitamínů, kvalitní spánek, snížení stresu, nesahání do obličeje, nepodávání rukou.

V případě, že na sobě pocítíte příznaky, volejte hygienickou službu s informací, že jste imobilní, ať zajistí odběrovou sanitu, která přijede k vám domů a provede odběr na přítomnost koronaviru.Při lehkém průběhu onemocnění (teplota do 38 st C, pocit nachlazení, bolesti kloubů, občasný kašel) pro vás bude lepší zůstat v domácím prostředí a užívat běžné léky tak jako u jiných typů viróz.Při těžším průběhu onemocnění (zahlenění s obtížným odkašláním, dušnost, horečka nad 38 st C, malátnost) bude nutná hospitalizace na oddělení vyčleněném pro ošetřování pacientů s koronavirovou infekcí, kam Vás dopraví rychlá záchranná služba. Volat lze na linku 1212 (informace, rozcestník, dispečink). Neočekávejte specializované lůžko pro spinální pacienty a informujte ošetřující personál o vysokém riziku vzniku dekubitu a nutnosti polohovat střídavě na boky a záda každé tři hodiny.Zdravotní stav můžete konzultovat na Spinální jednotce FN Motol, tel. 224439207 nebo 9253.Doc. MUDr. Jiří KřížPrimář Spinální jednotky FN MotolPředseda České společnosti pro míšní léze |

 |

 |

 |
|  |

 |

 |