

Semafor zdravia

Všetko naznačuje tomu, že COVID-19 nie je a nebude krátkodobá záležitosť. Je to vírus, s ktorým sa musíme naučiť žiť. Kým nebude dostatok bezpečných vakcín a riadnym procesom schválený a účinný liek, bude naša spoločnosť potrebovať súbor opatrení – **Semafor zdravia** – ktorým dokážeme obmedziť a tlmieť šírenie vírusu.

Prijaté opatrenia musia byť **jednoduché, zrozumiteľné, predvídateľné, vykonateľné, bezpečné a v súlade s platnou legislatívou.**

Ak ľudia pochopia význam a dôvod prijatých opatrení, ľahšie sa s nimi stotožnia a vo väčšej miere ich budú dodržiavať. Nemenej dôležitá je včasná a rozvážna komunikácia smerom k obyvateľstvu.

Ak majú byť opatrenia účinné, je nevyhnutné, aby sa opierali o vedecké dôkazy, kvalitné a aktuálne dáta a skúsenosti z praxe. Zároveň musia **zohľadňovať lokálnu pandemickú situáciu**. Nie je efektívne uplatňovať rovnaký rozsah opatrení na celom území Slovenska, bez ohľadu na mieru a rýchlosť šírenia COVID-19.

Na základe uvedených predpokladov predstavujeme Semafor zdravia, ktorý obsahuje:

- A. Všeobecné opatrenia, pravidlá a odporúčania, platné pre celé územie SR,
- B. Špecifické opatrenia platné pre obvod v závislosti od skóre (Semafor),
- C. Plán testovania,
- D. Cezhraničný režim,
- E. Evidenciu a trasovanie pozitívnych prípadov,
- F. Komunikáciu,
- G. Odškodnenie zatvorených/obmedzených prevádzok,
- H. Organizačné zabezpečenie protiepidemiologického plánu.

A. Všeobecné opatrenia

1. Pravidlá správania sa pri symptómoch, pri pozitívnom výsledku testu a pre spolubývajúcich s infikovaným

Rôzne okolnosti napomáhajú šíreniu infekcie alebo naopak, šírenie utlmujú. Vhodné správanie sa je preto nesmierne dôležité, konkrétne odporúčania sú uvedené v Prílohe 1.

2. Nosenie rúšok v interiéri

Práve vývoj epidémie na Slovensku na jar 2020 je dôkazom, že toto opatrenie reálne funguje a minimalizuje prenos vírusu. Preto je povinnosť nosiť rúška v interiéri opodstatnená pre celé územie, samozrejme s výnimkou vlastného obydľia.

3. Rúška pre každého dôchodcu

Osoby nad 65 rokov patria k ohrozeným skupinám a je nutné ich chrániť v zvýšenej miere. Preto raz mesačne doručí Slovenská pošta každej osobe nad 65 rokov obálku s 15-imi rúškami.

4. Sociálny odstup 2 metre

Podľa odporúčania WHO odstupy medzi osobami znižujú riziko nákazy takmer na nulu. Preto je potrebné dodržiavať 2m odstupy, najmä pri čakaní¹. Táto povinnosť neplatí pre osoby žijúce v jednej domácnosti.

5. Dezinfekcia rúk

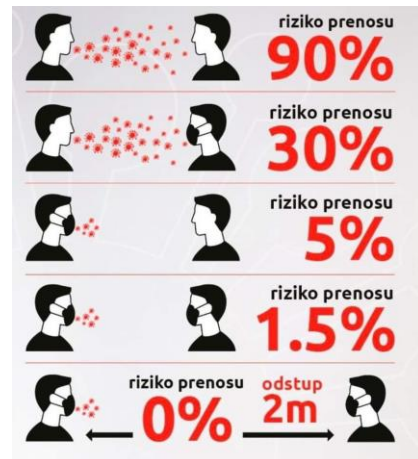
Pri vstupe do každého priestoru s vyššou hustotou výskytu iných ľudí, ako napríklad predajňa, reštaurácia, alebo divadlo, je každý návštevník povinný si dezinfikovať ruky. Z toho vyplýva povinnosť prevádzkovateľa objektu umiestniť pri vstupe účinnú dezinfekciu.

6. Vetranie a zvlhčovanie vzduchu

V uzavretých priestoroch, ktoré sú pravidelne a intenzívne vetrané a zároveň majú vysokú vlhkosť vzduchu, je riziko šírenia vírusu² výrazne nižšie.

7. Zníženie mobility

V rámci potrebného zníženia mobility bude počas pandemickej situácie prerušená možnosť cestovať vlakom bezplatne (takzvané vlaky zadarmo). Tiež sa odporúča obmedziť cestovanie MHD.



¹ Napríklad pri pokladni, obchode, prevádzke, toalete, bankomate, autobuse, atď.

² [Aerosol transmission of Covid-19: A room, a bar and a classroom: how the coronavirus is spread through the air | Society | EL PAÍS in English \(elpais.com\)](#)

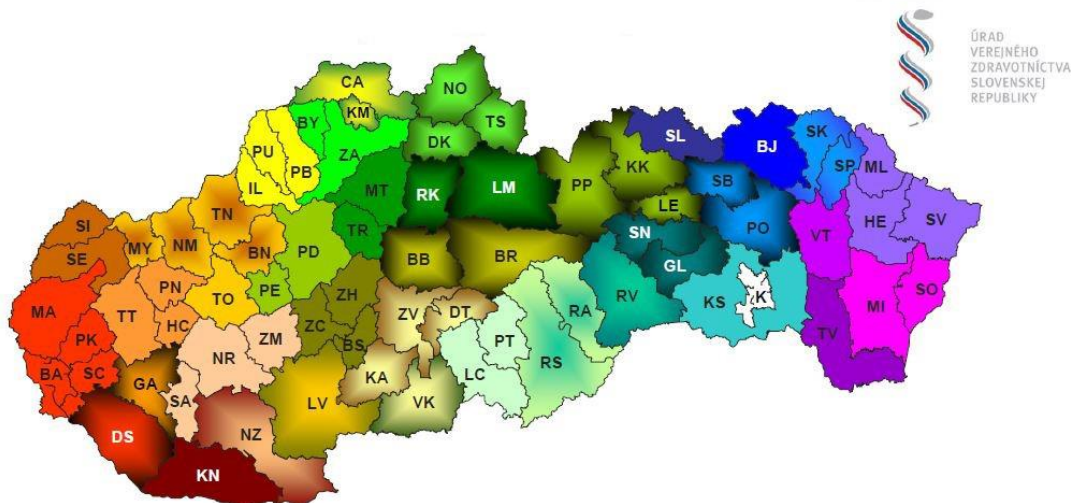
B. Špecifické opatrenia

S cieľom dosiahnuť čo najvyšší efekt a zároveň s čo najnižšími negatívnymi dopadmi na verejné zdravie a ekonomiku je potrebné zavádzať príslušné opatrenia cielene a selektívne, najmä s ohľadom na mieru a rýchlosť šírenia COVID-19.

Pri špecifických opatreniach, ktoré majú dynamicky reagovať na meniacu sa situáciu, sú kľúčové pojmy OBVOD, SKÓRE, PÁSMO a OPATRENIA.

Obvod

Ako prvé je potrebné definovať región, ktorý bude sledovaný a vyhodnocovaný samostatne. Ako najvhodnejšie sa javí **rozdelenie Slovenska na 36 obvodov** Regionálnych úradov verejného zdravotníctva (RÚVZ)³, aj z dôvodu, že RÚVZ sú zodpovedné za testovanie.



³ https://slovanet.sk/uvzs/index.php?option=com_content&view=section&id=6&Itemid=58

Skóre

Ako druhé je potrebné **stanoviť metódu výpočtu takzvaného skóre, s výsledkom od 0 do 100 bodov**. Základ pre výpočet tvorí Protiepidemiologický systém PES Českej republiky⁴. Skóre je súčet bodov za hodnoty štyroch rizikových ukazovateľov vzťahujúcich sa k stavu a k priebehu epidémie COVID-19:

A. Incidencia

Súhrnný počet nových infikovaných za posledných 14 dní na 100 tis. obyvateľov

Hodnota	<10	10-25	25-50	50-120	120-240	240-480	480-960	>960
Body	0	2	4	7	10	13	16	20

B. Incidencia 65+

Súhrnný počet nových infikovaných vo veku 65 a viac rokov za posledných 14 dní na 100 tis. obyvateľov vo veku 65 a viac rokov

Hodnota	<10	10-25	25-50	50-120	120-240	240-480	480-960	>960
Body	0	2	4	7	10	13	16	20

C. Nárast počtu infikovaných (rýchlosť šírenia vírusu)

Počet infikovaných za posledný týždeň v pomere k predposlednému týždňu

Hodnota	<0,8	0,8-1,0	1,0-1,2	1,2-1,4	1,4-1,6	1,6-1,9	>1,9
Body	0	5	10	15	20	25	30

D. Pozitivita

Priemerná pozitivita testov za posledných 7 dní uvedená v percentách

Hodnota (%)	<3	3-7	7-11	11-15	15-19	19-23	23-26	>26
Body	0	3	7	11	15	20	25	30

Z dôvodu, že údaje o pozitivite v delení po okresoch nie sú momentálne k dispozícii a nie je isté, kedy budú, sa ponúka možnosť ich nahradiť počtom hospitalizovaných na 100.000 obyvateľov.

Infikovanosť novým koronavírusom sa v súčasnosti indikuje dvomi typmi testov:

- PCR testovanie na prítomnosť vírusovej RNA
- Antigénovým testom na prítomnosť virálnych proteínov

Vzhľadom na to, že predpokladaná priemerná citlivosť antigénových testov je približne polovičná voči PCR testom, do celkového počtu pozitívnych testov sa započítava vo všetkých ukazovateľoch A-D súčet počtu pozitívnych PCR testov a 1,8-násobok počtu pozitívnych antigénových testov.

Skóre získame tak, že spočítame počty bodov pridelených podľa hodnoty štyroch ukazovateľov A-D. Čím viac bodov, tým je vyššie riziko. Výsledná hodnota indexu môže nadobúdať rozsah hodnôt od 0 do 100.

⁴ <https://share.uzis.cz/s/JtNmKNCxMR3RzAA>

Pásma

Do tretice **vytvoríme štyri pásma**:

- Zelené pásmo pre skóre 0 až 20
- Oranžové pásmo pre skóre 21 až 39
- Červené pásmo pre skóre 40 až 64
- Čierne pásmo pre skóre 65 až 100

Pre každé pásmo bude platiť osobitný súbor opatrení uvedených v takzvanom semafore.

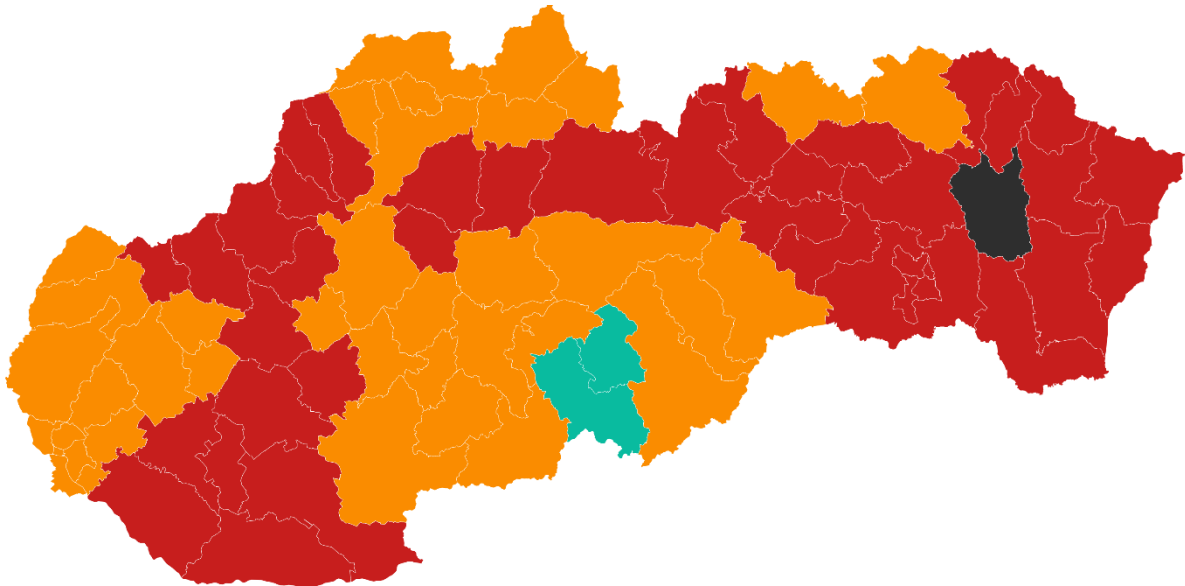
Rozdiel medzi susediacimi obvodmi môže byť najvyššie jedno pásmo, pričom určujúce je najhoršie pásmo.

Pásma pre jednotlivé regióny stanoví Ministerstvo zdravotníctva SR na základe skóre⁵ a zverejní ich každý piatok o 16:00 s platnosťou od nasledujúceho pondelka.

Zlepšiť pásmo z dôvodu lepšieho skóre je možné najskôr o 14 dní, avšak zhoršiť pásmo z dôvodu horšieho skóre je možné každých 7 dní. To znamená, že pri zhoršujúcej situácii dochádza k prehodnoteniu pásma každý pondelok, avšak pri zlepšujúcej sa situácii sa pásmo zmení až o 14 dní.

Príklad pre ilustráciu na základe aktuálneho stavu

Vypočítané pásma na základe aktuálnych údajov⁶ je možné graficky zobrazíť ako mapu Slovenska. V susedstve čiernych okresov sú všetky okresy červené (aj keď v skutočnosti majú lepšie skóre) na základe pravidla poklesu pásma najviac o jeden stupeň.



Opatrenia

Opatrenia platné pre konkrétne pásmo sú uvedené v prílohe 2. Je to tabuľka, ktorá obsahuje pásma a konkrétne opatrenia – všeobecné a špecifické. Pre zelené pásmo sú opatrenia najmiernejšie, pre čierne najprísnejšie. Zámerom je obmedziť rizikové aktivity a uvoľniť nerizikové.

⁵ Výpočet vykoná IZA alebo NCZI

⁶ Z dôvodu neexistencie údajov o pozitívite podľa okresov sme tieto údaje pre účel tejto mapky odhadli.

C. Plán testovania

Kľúčovým nástrojom v boji so šírením pandémie je dlhodobé a manažované testovanie, na ktoré je potrebné zabezpečiť dostatočné kapacity – testy, príslušné ochranné osobné pomôcky a hlavne personál. Personálne kapacity je potrebné doplniť kvalitným zaškolením. Školenia a preskúšanie spôsobilosti testovať príslušnými testami zabezpečí ministerstvo zdravotníctva, resp. SZU.

Nezávisle od skóre regiónu je potrebné stanoviť aké testovanie sa bude realizovať v akých prípadoch, kto bude testovať, kto bude testovaný a akým testom (resp. kombináciou testov). Zároveň je potrebné stanoviť testovacie štandardy pre každý typ testov, vrátane videonávodov. Rovnako dôležité je stanoviť jasne definované výnimky z testovania a dôvody ich udelenia.

Režimy testovania:

- Testovanie pri príznakoch
- Trasovanie – dohľadávanie kontaktov s infikovanou osobu a následné testovanie
- Trasovanie – dohľadávanie kontaktov s infikovanou osobou v regiónoch s vyššou incidenciou, ak je potrebná vyššia kapacita, RT-PCR test + kloktadlo
- Ohniská v lokalitách s nižšou prevalenciou – školy, domovy sociálnych služieb, firmy...
- Pri odhalení ohnisk je tiež nápomocné testovanie odpadových vôd⁷.
- Testovanie pred hromadnou akciou (napr. divadelné predstavenie, športové akcie)
- Testovanie celej populácie v oblastiach s vysokou prevalenciou – Antigénový test s cieľom odhaliť jednotlivcov s vysokým potenciálom prenosu.
- Samostatný režim testovania bude na hraničných prechodoch, pozri aj kapitolu D.
- Samostatný režim testovania majú aj subjekty hospodárskej mobilizácie, podniky kritickej infraštruktúry, ako aj spoločnosti s 1 000 a viac zamestnancami.

Ciele testovania (European Centre for Disease Prevention and Control⁸):

1. Kontrola prenosu infekcie
 - všetci so symptómami infekcie Covid-19
 - všetci v rizikovej expozícii potvrdených prípadov
 - región/komunita v prípade rozšíreného prenosu
2. Monitorovanie incidencie a trendov
3. Zmierňovanie dopadov v zdravotníckych a sociálnych zariadeniach
 - symptomatickí pacienti/klienti/zamestnanci
 - všetci pacienti/klienti pred prijatím
 - v prípade výskytu pretestovanie pracovísk s rizikovými pacientmi/klientmi
4. Rýchle identifikovanie ohnisk
5. Zábrana (znovu)zavlečenia infekcie do regiónov, kde je vírus pod kontrolou

⁷ Testovanie odpadových vôd by sa malo robiť na odhalenie ohnisk a to najmä v komunitách, kde je vysoké riziko infekcie (zatvorené komunity, osady, väznice, atď.) alebo je vysoké riziko ťažkého priebehu COVID-19 (DSS, nemocnice, atď.) alebo je to obec veľmi blízko inej zamorenej obce.

⁸ https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/TestingStrategy_Objective-Sept-2020.pdf

Opis typov testov

RT-PCR test: zlatý štandard, odber výterom z nosohltanu (potrebný zdravotník), najpresnejší test (100% sensitivita a 100% špecificita), ktorý si vyžaduje 3 kroky – (1) odber, (2) RNA extrakciu a samotnú RT-PCR reakciu a (3) analýzu v akreditovanom diagnostickom laboratóriu. Denná kapacita na Slovensku je **10 až 20 tisíc testov**.

RT-PCR test je však vhodne upraviť:

- **štandardizovať RT-PCR testovanie**, to znamená zjednotiť odberové sety a kity pre RNA izoláciu a RT-PCR. Používanie rôznych setov a kitov ovplyvňuje RT-PCR analýzu a správnu kvantifikáciu virálnej nálože u pacienta, čo znemožňuje porovnávanie výsledkov medzi laboratóriami.
- upgrade dnes len **kvalitatívneho RT-PCR** testu (pozitivita/negativita) na kvantitatívny test (kvantifikácia virálnej nálože). RT-PCR test umožňuje zistiť virálnu nálož u pacienta. Ak je virálna nálož veľmi nízka, trasovanie kontaktov nie je potrebné. Ak je virálna nálož veľmi vysoká, je potrebné dôslednejšie monitorovanie pacienta, resp. jeho urýchlená hospitalizácia.

RT-PCR test + kloktadlo: odber kloktadlom, výhodou je možný samoodber, trochu nižšia citlivosť (95+% sensitivita a 100% špecificita), tiež je potrebné spracovanie vzorky a analýza v akreditovanom diagnostickom laboratóriu. Tým, že kloktadlo rieši úzke hrdlo odberu z nosohltanu a pri kloktadle je možné aj preskočiť RNA extrakciu denná kapacita na Slovensku sa zvyšuje na **30 až 40 tisíc testov**.

LAMP test + sliny: LAMP je iná PCR metóda, ktorá je na použitie jednoduchšia a rýchlejšia ako štandardný RT-PCR test, ale zároveň s nižšou citlivosťou (80+% sensitivita a 100% špecificita). LAMP test zo slín (nie je potrebný zdravotník) si nevyžaduje analýzu v akreditovanom diagnostickom laboratóriu, a preto je možné LAMP test zo slín vykonávať v teréne, v ohniskách, v školách, atď. Pri vybudovaní približne 100 mobilných jednotiek je denná kapacita na Slovensku okolo **100 tisíc testov**.

Antigénový test: detekcia vírusovej bielkoviny, navrhnutý pre príznakových pacientov, senzitivita nad 80% a špecificita nad 97% (odporúčanie EK a WHO), pri plošnom testovaní sa senzitivita testu znižuje pod 50%. Odber výterom z nosohltanu (potrebný zdravotník). Ide o najrýchlejší test vhodný pre plošné testovanie, kde riziko neodhalenia všetkých nakazených a riziko falošne negatívnych výsledkov je vyvážené rýchlosťou a možnosťou opakovaného testovania osôb. Kvôli možným falošne pozitívnym výsledkom antigénových testov pri plošnom testovaní je odporúčané vykonať potvrdzujúci RT-PCR test. Denná kapacita je obmedzená len logistickými možnosťami.

Test je vhodné použiť pre ciele plošné testovanie v regiónoch s vysokou prevalenciou infekcie, ohniskách a tam, kde sa často testuje: v nemocniciach, DSSkách, väzniciach, uzavretých komunitách, rómskych osadách, atď. Výsledok pozitívneho Ag testu je potrebné potvrdiť RT-PCR testom.

D. Cezhraničný režim

Kontrolu dodržiavania pravidiel hraničného režimu je potrebné zvýšiť, aby nedochádzalo k jeho porušovaniu a to vrátane mobilného trasovania, ktorého legislatívnu bázu máme v slovenských podmienkach schválenú už niekoľko mesiacov (pozri aj kapitolu E).

Slovensko sa zároveň bude aktívnejšie angažovať v celoeurópskej iniciatíve smerom k trasovaniu a elektronickej evidencii testov, vrátane antigénových. Databáza bude dobrým predpokladom na voľnejší pohyb osôb medzi členskými štátmi EÚ.

V záujme predvídateľnosti, je potrebné zachovať automatickú aktualizáciu cestovnej mapy “červených”, “žltých” a “zelených” krajín⁹ EÚ, Európskeho hospodárskeho priestoru (Nórsko, Island, Lichtenštajnsko), Spojeného kráľovstva a Švajčiarska, prostredníctvom databázy Európskeho centra pre prevenciu a kontrolu chorôb (ECDC) na týždňovej báze. V dvojtýždňovej frekvencii je potrebné automatizovať aj uvoľňovanie resp. sprísňovanie opatrení aj voči tzv. tretím krajinám na základe spoločných odporúčaní EÚ. SR bude naďalej uznávať platnosť COVID-19 testov z uvedených krajín, okrem PCR aj certifikované antigénové testy.

Pre **občanov SR a EÚ¹⁰** platí režim COVID-19 test nie starší ako **72 hodín** z krajiny EÚ alebo SR.

Výnimku z tohto pravidla majú (1) pendleri, (2) turnusoví zamestnanci, (3) vodiči nákladných áut, (4) zásobovanie, (5), posádky zdravotnej služby (6) posádky pohrebnej služby a (7) študenti prezenčného štúdia. Uvedeným skupinám stačí mať **COVID-19 test nie starší ako 14 dní**.

Vodiči tranzitnej nákladnej dopravy nemusia mať test, avšak sú povinní opustiť územie SR najkratšou možnou cestou a kabínu smú opustiť len na čerpacej stanici.

Testy bude možné urobiť aj na vybraných hraničných prechodoch, navrhuje sa prenajať priestor pre súkromné spoločnosti, ktoré môžu vykonávať certifikované testy. Predpokladom tejto procedúry je funkčná e-karanténa, do ktorej sa testovaná osoba musí zaregistrovať.

Občania tretích krajín môžu vstúpiť na územie SR len ak majú zabezpečenú možnosť individuálnej 5-dňovej karantény, po ktorej sa musia podrobiť PCR testu na vlastné náklady. Povinnosťou bude registrácia v e-karanténe.

Slovensko sa bude zasadzovať za podľa možnosti celosvetovú, alebo aspoň **celoeurópsku iniciatívu vzniku tzv. Covid pasov**, ktoré by u cestujúcich registrovali testy, prekonané ochorenia aj budúcu vakcináciu a slúžili by ako najefektívnejšia pomôcka pre cestovanie.

Porušovanie presne definovaných pravidiel hraničného režimu bude kontrolované a sankcionované.

⁹ Príloha Vyhlášky UVZ SR č. 22/2020 a je uverejnený aj na webovej stránke MZV.

¹⁰ Pre účely tohto textu sa pod EÚ rozumie aj Nórsko, Lichtenštajnsko, Island, Spojené kráľovstvo a Švajčiarsko.

E. Evidencia a trasovanie pozitívnych prípadov

Efektívna a dôsledná evidencia všetkých druhov testov, ako aj trasovanie, teda cielené vyhľadávanie a testovanie ľudí, ktorí boli v kontakte s infikovanou osobou, sú jedným z kľúčových prvkov v boji proti pandémie. Tomu napomôže jej elektronizácia a automatizácia.

Po **zaevidovaní pozitívne testovanej osoby do systému**, tento vyhľadá všetky mobilné čísla, ktoré boli za posledných 7 dní v menšej ako kritickej vzdialenosti k mobilu pozitívne testovanej osoby po dobu viac ako 15 minút. Na tieto mobilné čísla bude automatizovane poslaná SMS správa s výzvou na testovanie a s unikátnym kódom, ktorý bude zadaný do systému, ak sa oslovená osoba dostaví na test.

To je možné dosiahnuť semi-automatickým trasovaním a využitím databáz, ktoré dnes štát už má:

- Dáta RÚVZ a NCZI o nakazených, resp. testovaných
- Dáta MV SR – RFO a RegOb
- Dáta od mobilných operátorov

Pozitívne testované osoby sa musia zaevidovať v aplikácii **E-karanténa**

Taktiež je možná implementácia rozhrania API, aby bolo možné používať technológie (realizovateľné do niekoľkých týždňov):

- Apple Exposure Notifications (Apple platforma)
- E-Rouška na Slovensko (Android Platforma)

Potrebné je aj zjednodušenie a odľahčenie komunikácie RÚVZ pri trasovaní:

- vytvorenie automatického IVR¹¹ call-centra
- predpríprava dát pre trasovanie – napr. rodinné stromy
- využitie dát od mobilných operátorov
- optimalizácia procesov call-centra, aby štát mohol využívať kapacity komerčných call-centier

Sledovanie ohnísk nákazy pomocou modelovania živých dát bude umožnené matematickými a predpovednými modelmi šírenia po zapojení sa do medzinárodných výskumných projektov.

¹¹ Interactive Voice Response – Interaktívny hlasová odpoveď

F. Komunikácia

1. Ak je plán zrozumiteľný, je pre verejné zdravie prínosný

Občania musia vedieť, prečo sa deje práve to, čo sa deje, kedy sa niečo otvára alebo zatvára, dôvod obmedzenia a jeho následky. Ak nevedia dôvody nariadení, majú tendenciu ich nedodržiavať.

2. Stručne a jasne

Zmeny musia byť jasné a podporené viacerými komunikačnými kanálmi naraz. Ak ide o významnú zmenu pre bežný život (napr. zatvorenie fitnesscentier), vytvorí pre ňu Ministerstvo kultúry SR informačnú kampaň (využitie influencerov, verejnoprávnych médií, sociálnych sietí). Ak nie je možné dodržať pravidelné intervaly, bude stanovený presný termín, kedy bude verejnosti poskytnutých viac informácií.

3. Rešpektujeme čas medzi jednotlivými krokmi

Ak občania nestihnú stráviť zmenu a pripraviť sa na ňu, vyvoláva to nervozitu a zneistenie. Médiá proces zrýchlia, avšak aj tá najpotrebnejšia zmena potrebuje na usadenie sa v mysli minimálne 48 hodín.

4. Všetko prehľadne na jednom mieste

Všetky informácie budú zverejňované na oficiálnom webe www.semaforzdravia.sk. Pred každým verejným informovaním prebehne krátke stretnutie s novinármi, kde sa budú môcť pýtať na podrobnosti. Predíde sa tým množstvu otázok počas vystúpenia a zdržovaniu verejnosti informáciami, ktoré pre nich nemusia byť podstatné.

5. Každý, koho sa to týka, dostane informácie včas

Ak pri opatrení **bude potrebná súčinnosť samospráv**, budú včas zapojené do príprav. Na komunikáciu so samosprávami bude vyčlenená nonstop infolinka.

Prevádzky, ktorých sa opatrenie dotkne, musia mať dostatok času na prípravu, špecifické prípady je nutné zohľadniť. Zároveň s obmedzením prichádza aj informácia o odškodnení, aby sa poškodení vedeli pripraviť na režim, v ktorom budú fungovať.

6. Vyvracanie konšpirácií

Ak plán vytvára priestor pre konšpirácie, je kontraproduktívny. Dezinformáciám bude venovaná sekcia na webe www.semaforzdravia.sk. Občania budú mať možnosť každú takúto informáciu nahlásiť a po overení sa zverejní. Na webe sa budú pravidelne aktualizovať aj počty nakazených, vyliečených a obetí, aby o týchto číslach nemuseli zmätočne informovať politici.

7. Sme v tom všetci spolu

Ak to nevychádza a nákaza sa šíri, nepokazili to ľudia, pokazil sa plán a treba to otvorene priznať. Nikoho za to netreba karhať - a už vôbec nie občanov - ale treba to opraviť.

G. Odškodnenie obmedzených/zatvorených prevádzok

V záujme ochrany života a zdravia občanov je v čase pandémie nutné prijímať opatrenia, ktoré (okrem iného) viac alebo menej obmedzujú ekonomickú činnosť jednotlivých subjektov. Dochádza k obmedzovaniu pohybu ľudí, zatváraniu prevádzok a limitovaniu rôznej obchodnej, športovej, kultúrnej či inej činnosti. Tieto obmedzenia majú negatívne, často až likvidačné dopady na mnohé podnikateľské subjekty, ktorým ak štát nepomôže a nenahradí im aspoň časť vzniknutých škôd, budeme čeliť nie len významnej ekonomickej kríze, ale utrpí aj konkurencieschopnosť Slovenska a slovenských firiem. Tomuto dlhodobému negatívnemu dopadu je nutné zabrániť efektívnou štátnou pomocou.

Doteraz poskytnutá pomoc (dotácie na mzdy, dotácie na nájomné, odklady splátok, daní, úverov, leasingov, atď) sa ukázala ako efektívna, je potrebné v nej počas pretrvávajúcej pandémie v primeranom rozsahu pokračovať.

Potrebné je však upriamiť pozornosť na subjekty jednotlivých segmentov, pretože v miere dopadov je u nich situácia rozdielna. Kým napr. segment on-line predaja alebo veľké reťazce profitovali, iné segmenty, napr. gastro, fitnesscentrá, výstavníci, jarmočníci, kultúra či cestovný ruch, utrpeli významné straty. Súčasná legislatíva neposkytuje vhodné možnosti, ako tieto straty kompenzovať. Navrhujeme preto na potrebnú pomoc štátu:

- vytvoriť univerzálny legislatívny rámec (tzv. **odškodňovací zákon**), na základe ktorého by jednotlivé rezorty mohli v zmysle kompetenčného zákona alebo rozhodnutia vlády poskytovať dotácie na pokrytie aspoň časti vzniknutých škôd,
- vytvoriť **dočasné kompetenčné centrum**, ktoré by v spolupráci s jednotlivými rezortami pripravilo konkrétnu „objednávku“ pomoci pre príslušné segmenty,
- toto kompetenčné centrum by v zmysle horeuvedeného zadania sprocesovalo potrebné schémy a výzvy pomoc, vrátane ich implementácie.

Podnikateľské subjekty musia byť súčasťou celého procesu, musia byť nápomocné, no zároveň musia mať jasno v tom, do akej miery im štát v tejto situácii pomôže.

Dôležitá je aj včasná refundácia nákladov miest a obcí, ktoré sa podieľali a budú podieľať na realizácii opatrení. Bez nich nie je možné realizovať napríklad plošné testovanie.

H. Organizačné zabezpečenie semaforu zdravia

Príprava a implementácia protiepidemiologického plánu si vyžaduje efektívnu organizáciu, koordináciu a implementáciu.

Štruktúra jednotlivých riadiacich zložiek je stanovená platnou legislatívou, pričom centrálnym riadiacim orgánom je Vláda SR a jej koordinačným orgánom na riešenie krízovej situácie je Ústredný krízový štáb. Rezortným gestorom je Ministerstvo vnútra SR.

Zároveň sú vytvorené odborné pracovné skupiny (napr. pandemická komisia, pracovná skupina pri MZVaEZ SR na riešenie cezhraničného režimu, pracovná skupina na riešenie manažmentu testovania, atď.) ktoré vykonávajú jednotlivé činnosti, zabezpečujú stanovené úlohy, poskytujú koordinačnému orgánu informácie, dáta a navrhujú riešenia a ich alternatívy. Pracovné skupiny majú svoje zastúpenie v koordinačnom orgáne. Podľa potreby môžu byť vytvárané aj ad-hoc odborné pracovné skupiny na riešenie špecifických úloh. Jednotlivé rezorty majú zriadené vlastné rezortné krízové štáby a odbory krízového riadenia, ktoré poskytujú potrebnú súčinnosť.

Jednotlivé subjekty krízového riadenia riešia efektívne im príslušné otázky, s cieľom vyhnúť sa duplicitnému riešeniu tých istých otázok v mnohých, do veľkej miery rovnakým zastúpením obsadených, pracovných skupinách.

Ústredný krízový štáb ako poradný orgán Vlády SR nemá byť diskusným klubom ako je tomu dnes. Jeho činnosť musí byť profesionálne vedená so všetkými formálnymi náležitosťami. Je orgánom, zvolávaným na základe rozhodnutia ministra vnútra, zadáva úlohy pracovným skupinám, dostáva od nich návrhy alternatív riešení, vyžadované podklady a dáta, na základe ktorých prijíma návrhy opatrení na riešenie krízovej situácie. Tieto musia byť navzájom v súlade, musia byť vykonateľné v stanovenom čase a musia byť včas oznámené všetkým dotknutým subjektom štandardizovanou formou (napríklad predseda ÚKŠ po každom zasadnutí informuje médiá len o tých prijatých záveroch, ktoré už nie sú predmetom ďalšieho schvaľovania iných orgánov, a teda sú po zasadnutí ÚKŠ platné).

Pri plnení rôznych úloh (ako napríklad pri testovaní, zriaďovaní odborných miest, atď.) zohrávajú významnú rolu viaceré orgány štátnej a verejnej správy. Koordinácia činností a spolupráca s nimi je preto mimoriadne dôležitá. Od začiatku sú intenzívne zapojení obzvlášť do manažmentu a logistiky testovania, pričom majú k dispozícii nevyhnutné finančné prostriedky a nástroje na plnenie pridelených úloh.

Mimoriadne dôležitý je obojsmerný tok informácií a koordinácia terénu, ktorý zabezpečujú regionálni koordinátori¹².

Výstupy, stanoviská a opatrenia musia byť jasné, jednoznačné, vykonateľné a včas komunikované.

¹² Odbory krízového riadenia okresných úradov, v zmysle zákona 387/2002 o riadení štátu v krízových situáciách mimo času vojny a vojnového stavu v § 8 a § 9

Glosár

Prevalencia - pomer počtu infikovaných k celkovému počtu obyvateľov. Hovorí o rozšírení vírusu.

Incidenca - počet pozorovaných novovznikutých ochorení počas určitého obdobia (v súvislosti s covidom najčastejšie 7, alebo 14 dní) na určitom území. Prepočítava sa na 10 tis. alebo 100 tis. osôb.

Pozitivita PCR testov - test vykazuje prítomnosť genomickej vírusovej RNA v organizme.

Pozitivita AG testov - test vykazuje prítomnosť vírusu v organizme, detekuje vírusovú bielkovinu.

Senzitivita - citlivosť testu, schopnosť odhaliť vírus u nositeľa s menšou alebo väčšou náložou vírusu v tele (čím menšiu nálož vírusu odhalia, tým sú testy citlivejšie). Meria podiel pozitívnych, ktorí sú správne identifikovaní.

Špecifická - Meria podiel negatívnych, ktorí sú správne identifikovaní, napr. percento zdravých ľudí, ktorí sú identifikovaní ako pacienti bez choroby.

Validácia - overenie, preverenie výsledku testu.

Falošná pozitivita - ak test označí človeka bez vírusu za infikovaného. Napr. 0.5% falošná pozitivita je, keď pri validácii 200 negatívnych, jeden bol falošne pozitívny. Hovorí, že ste pozitívny, aj keď nie ste.

Falošná negativita - ak človek s vírusom v tele nebol zachytený testom.

Pravidlá správania sa

Akokoľvek dobre sú nastavené regionálne opatrenia a semafor, najdôležitejším faktorom je to, ako ich ľudia rešpektujú a dodržiavajú. Konkrétne pravidlá v rôznych situáciách nájdete v prílohe 1.

A. Správanie sa pri symptómoch COVID-19

Príznaky: podobné na všeobecné príznaky vírusy, respektíve klasických respiračných ochorení, napríklad aj chrípky – teplota nad 38 °C, kašeľ, nádcha, bolesť svalov, bolesť kĺbov, sťažené dýchanie.

Ak máte veľmi mierne príznaky, zostaňte doma. Ak sú silnejšie, informujte svojho všeobecného lekára a požiadajte o vyšetrenie na COVID-19 prostredníctvom vyplnenia formuláru na:

<https://korona.gov.sk/poziadat-o-vysetrenie-na-covid-19/>. Na základe Vami uvedených údajov vo formulári, budete objednaný na vykonania testu na COVID-19. Miesto a čas odberu Vám bude doručené SMS, na číslo mobilného telefónu, ktoré ste uviedli vo formulári, prípadne Vás budú kontaktovať pracovníci Call Centra NCZI, ktorí si s Vami dohodnú ďalší postup. Objednaný budete na odberové miesto najbližšie k miestu, na ktorom sa zdržiavate podľa údajov uvedených vo formulári. Formulár môžete vyplniť aj pre inú osobu.

Objednať sa okrem webu korona.gov.sk môžete aj telefonicky cez svojho všeobecného lekára, RÚVZ alebo prostredníctvom mobilnej aplikácie Moje zdravie (<https://www.old.korona.gov.sk/mojeezdravie.php>).

Imobilné osoby si môžu objednať mobilnú odberovú jednotku buď telefonicky u svojho všeobecného lekára, telefonicky cez RÚVZ, cez web korona.gov.sk alebo mobilnú aplikáciu Moje zdravie (<https://www.old.korona.gov.sk/mojeezdravie.php>).

Do testovania sa správajte tak, ako keby ste boli pozitívni na COVID-19, to znamená zostaňte v domácej izolácii (karanténe) a dodržujte nasledovné zásady:

- pokiaľ je to možné, držte sa ďalej od ostatných osôb v domácnosti,
- ak ste v blízkosti iných ľudí, noste rúško,
- pri kýchaní, kašľaní a smrkaní používajte jednorazové papierové vreckovky, ktoré hneď po použití zahodíte do bezkontaktného odpadkového kaša a umyte si ruky mydlom a vodou (najmenej 20 sekúnd) a použijte alkoholový dezinfekčný prostriedok na ruky,
- pokiaľ je to možné, buďte v samostatnej izbe a používajte kúpeľňu oddelene od ostatných osôb v domácnosti,
- v prípade, že to nie je možné zariadiť – nezdierajte izbu s rizikovými osobami (pre vek, pre závažnú základnú diagnózu) a kúpeľňu používajte ako posledný, následne ju umyte a dezinfikujte,
- používajte vyčlenený samostatný riad, poháre, príbory, ktoré nezdierate s ostatnými členmi domácnosti,
- po použití je umyte v umývačke riadu alebo ručne v teplej vode s detergentom,
- používajte samostatnú posteľnú bielizeň a uteráky a nezdierajte ich s ostatnými členmi domácnosti, posteľnú bielizeň a uteráky chorej osoby je potrebné prať na čo najvyššej teplote (podľa charakteru tkaniny), a pri praní použiť prací prostriedok,

- ak chorá osoba nemôže nosiť rúško na tvári, v tom prípade to musia nosiť jeho opatrovatelia, keď sú v tej istej miestnosti.
- Zaisťte, aby mali spoločné priestory v domácnosti dobrú a pravidelnú výmenu vzduchu najmä otvoreným oknom,
- počas domácej izolácie sa nesmú prijímať návštevy,
- vstup do domu/bytu, kde ste v domácej izolácii, majú len:
 - osoby, ktoré tam bývajú,
 - poskytovateľ zdravotnej starostlivosti v prípade potreby,
- ak bývate v rodinnom dome, môžete ísť do svojej súkromnej záhrady alebo na dvor,
- ak bývate v byte, môžete ísť na súkromný balkón,
- v prípade, že potrebujete kúpiť potraviny, iný tovar a lieky, požiadajte inú osobu o pomoc (ktorá nie je v karanténe), aby Vám doniesla nákup k Vaším vchodovým dverám . Nákup si môžete objednať aj telefonicky alebo e-mailom. Pokyny pre dodanie tovaru musia uvádzať, že nákup by mal byť dodaný pred vchodové dvere,
- miesto domácej izolácie smiete opustiť len v prípade núdze a pri potrebe základnej zdravotnej starostlivosti,
- všetci členovia domácnosti by mali dodržiavať osobnú a respiračnú hygienu, dôkladne a často si umývať ruky podľa potreby dezinfikovať alkoholovým dezinfekčným prostriedkom na ruky,
- ak je to možné, noste pri manipulácii s bielizňou rukavice a po manipulácii s bielizňou si dobre umyte ruky (aj keď ste mali rukavice),
- každý deň je potrebné očistiť a dezinfikovať všetky rizikové predmety a miesta, napr. kľučky na dverách, spínače svetiel, hračky, diaľkové ovládače, držadlá drezu, pulty a telefóny,
- ak je to možné, hračky chorého dieťaťa uchovávajte oddelene od ostatných hračiek.

B. Správanie sa pri testovaní na COVID-19

Ak máte pozitívny test:

- oznámte informáciu o svojej pozitívite Vášmu všeobecnému lekárovi (v prípade detí všeobecnému lekárovi pre deti a dorast),
- oznámte informáciu o svojej pozitívite všetkým osobám, s ktorými ste boli v úzkom kontakte a to v období 2 dni pred nástupom vašich príznakov alebo 2 dni pred odberom výteru z nosa a hrdla až do začiatku svojej izolácie, požiadajte ich, aby sa prihlásili na testovanie.

C. Správanie sa v spoločnej domácnosti s pozitívnym

Úzky kontakt sa definuje ako kontakt, pri ktorom je vysoké riziko infikovania sa. Ide o osobný nechránený kontakt vo vzdialenosti menej než dva metre a po dobu dlhšie než 15 minút alebo o priamy fyzický kontakt. Je to aj nechránený priamy kontakt s prípadom COVID-19 v uzavretom prostredí (napr. v domácnosti, triede, zasadacej miestnosti, nemocničnej čakárni atď.) dlhšie ako 15 minút, a sedenie vedľa prípadu COVID-19, vo vzdialenosti do dvoch sedadiel v lietadle (v akomkoľvek smere). Osoby žijúce s osobou pozitívne testovanou na COVID-19 sa považujú za osoby, ktoré boli v úzkom kontakte.

Bežný kontakt je kontakt, pri ktorom je nízke riziko infikovania sa. Ide o osobný kontakt s prípadom COVID-19 do dvoch metrov kratšie ako 15 minút, alebo kontakt v uzavretom prostredí (napr. v

domácnosti, triede, zasadacej miestnosti, nemocničnej čakárni atď.) kratšie ako 15 minút, alebo cestovanie osoby spolu s prípadom COVID-19 akýmkoľvek dopravným prostriedkom okrem lietadla.

D. Správanie sa po kontakte s pozitívnym

A. bežný -> Dodržujte pravidlá R-O-R a denné si sledujte možné príznaky COVID-19 vrátane horúčky akéhokoľvek stupňa, kašľa, únavy alebo problémov s dýchaním, straty čuchu, chuti alebo porucha chuti,

vyhýbajte sa fyzickým a úzkym kontaktom s inými ľuďmi a cestovaniu. Ak sa vyskytnú príznaky, zotrvaťe v domácej izolácii a objednajte sa na RT-PCR test, kde uvediete dôvod kontakt s pozitívne testovanou osobou.

B. úzky -> Informujte o tejto skutočnosti svojho všeobecného lekára (v prípade dieťaťa – všeobecného lekára pre deti a dorast) telefonicky, mailom, SMS a pod.

Prihláste sa na RT-PCR test a ako dôvod uveďte, že ste boli v kontakte s pozitívne testovanou osobou. Vyčkajte na SMS správu, kde a kedy budete testovaní (spravidla 5 a viac dní po úzkom kontakte), dodržte pravidlá prípravy pred testovaním. Na testovanie sa dostavte individuálnou dopravou, používajte Vy aj vodič rúško počas celého pobytu v aute. Najneskôr do 96 hod. od vykonania testu obdržíte SMS o výsledku testu. O výsledku testu informujte Vášho všeobecného lekára (v prípade dieťaťa všeobecného lekára pre deti a dorast).

E. Správanie sa pri teste na COVID-19

Test je pozitívny: domáca izolácia (karanténa) a dodržiavanie karanténnych pravidiel.

Test je negatívny: dodržiavanie pravidiel pre spolubývajúcich s infikovanou osobou, domáca izolácia v trvaní 10 dní od posledného dňa úzkeho kontaktu alebo od pobytu v rizikovitom prostredí:

- dodržujte dôsledne pravidlá R-O-R,
- pri kontakte s infikovaným obe osoby majú mať rúško aj v domácom prostredí,
- infikovaná osoba by mala tráviť čas v oddelenej miestnosti (vrátane stravovania), pokiaľ to nie je možné miestnosť by sa nemala zdieľať s osobami s vyšším rizikom,
- podľa možnosti používať oddelenú kúpeľňu, ak to nie je možné, použije ju ako posledný a dôkladne po sebe vydezinfikuje,
- zdraví členovia domácnosti zostávajú doma a postupujú podľa pokynov príslušného všeobecného lekára (v prípade detí všeobecného lekára pre deti a dorast), alebo miestne príslušného RÚVZ, o tom, kto a ako dlho má zostať doma, sledujú svoj zdravotný stav a v prípade objavenia sa príznakov sa prihlásia na testovanie,
- Karanténu môžete opustiť po 10 dňoch za podmienky, že:
 - máte negatívny test na COVID-19 a posledné 3 dni ste nemali klinické príznaky, alebo ste nemali ďalší úzky kontakt s chorou alebo pozitívnu osobou na COVID-19,
 - aj v prípade, že ste boli v priebehu karantény testovaný s negatívnym výsledkom, 10 dňovú karanténu musíte dokončiť
- Karanténa sa predĺži, ak niektorý člen Vašej domácnosti bude mať pozitívny test na COVID-19. V takom prípade sa postupuje ako v prípade úzkeho kontaktu s osobou infikovanou COVID-19.

