

COVID-19 a nasledujúce obdobie

Publikované 29.11.2023

Čo môžeme očakávať v najbližších mesiacoch?

Výskyt COVID-19 a aj vznik mutácií vírusu SARS-CoV-2 je očakávaným javom. Vírus SARS-CoV-2 zrušením plošných opatrení nezmizol, naďalej cirkuluje prakticky na celom svete a naďalej u ľudí vyvoláva ochorenie COVID-19. Výnimkou nie je ani Slovensko, svedčí o tom napríklad aj kontinuálny výskyt vírusu SARS-CoV-2 [vo vyšetrovaných odpadových vodách v SR](#).

Nasledujúce obdobie očakávame zvýšený výskyt akútnych respiračných ochorení, aj hospitalizácií, najmä v období tzv. chrípkovej sezóny (október až apríl), kedy ľudí vo zvýšenej miere postihujú respiračné ochorenia, medzi ktoré patrí aj COVID-19.

Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) zrušila 5. mája 2023 stav ohrozenia verejného zdravia medzinárodného významu v súvislosti s ochorením COVID-19, čím signalizovala v prvom rade ústup z pohotovostného krízového režimu, nie koniec pandémie.

Plánujete opäť zavádzať celoplošné opatrenia?

Aktuálne nie je úvaha o zavedení celoplošných opatrení. V prevencii vzniku ochorení COVID-19 v súčasnosti preferujeme zodpovedný a proaktívny prístup občanov pri ochrane ich vlastného zdravia (prevenciu pred ochorením pripomíname v texte nižšie).

Väčšina krajín zrušila verejno-zdravotné a sociálne opatrenia, a aj napriek pretrvávajúcej cirkulácii SARS-CoV-2 došlo k výraznému zníženiu hospitalizácií, pobytov na JIS a úmrtnosti vo všetkých vekových skupinách populácie. Podieľajú sa na tom viaceré faktory, vrátane nárastu imunity populácie voči infekcii, očkovania, včasnej diagnostiky a dostupnosti liečby COVID-19. Globálne sa imunita na úrovni populácie výrazne zvýšila, jej nárast významne ovplyvnilo používanie vakcín a imunita po prekonaní COVID-19, alebo kombinácia oboch možností (tzv. hybridná imunita).

A čo cielené zatváranie škôl?

Výchovno-vzdelávací proces je možné prerušiť za predpokladu, že je chorobnosť vysoká, teda ak chýba viac ako 20 percent žiakov z celkového počtu detí. Toto je však možné uplatniť bez ohľadu na to, či ide o COVID-19, chríпку alebo iné akútne respiračné ochorenia. Vyučovanie preruší riaditeľ školy na základe odporúčania príslušného regionálneho úradu verejného zdravotníctva. Počas chrípkovej sezóny sa často stretávame s tým, že pre vyšší počet chorých žiakov sa materské, základné či stredné školy na potrebný čas zatvoria.

Ako to bude so zákazom návštev v nemocniciach?

Zdravotnícke zariadenia môžu samy vzhľadom na zvýšenú chorobnosť akútnych respiračných ochorení a chrípky a jej podobných ochorení vydať zákaz návštev na príslušných klinikách a oddeleniach zariadenia, prípadne môžu epidemiologickú situáciu v danom regióne konzultovať s príslušným regionálnym úradom verejného zdravotníctva.

Aký variant vírusu SARS-CoV-2 na Slovensku aktuálne prevláda?

Podľa výsledkov sekvenovania pozitívnych patientskych vzoriek tvoria na Slovensku väčšinu subvarianty omikronu, ktoré nespôsobujú závažné zhoršenie epidemiologickej situácie.

Subvarianty omikronu XBB 1.5-like + F456L sa objavili vo viac ako 40% a XBB.1.5-like vo viac ako tretine vzoriek. Viac ako 15% vzoriek tvorili varianty a subvarianty bez bližšieho zaradenia. Necelé 3% tvorili subvarianty XBB. Zvyšok tvorili subvarianty BA.5, BA.1, BA.2 a BA.2.75.

Subvariant EG.5 (neoficiálne nazývaný Eris) a Subvariant BA.2.86 (neoficiálne nazývaný Pirola) sa na Slovensku laboratórne potvrdil vo vzorkách od pacientov.

Ako je to teraz so sekvenovaním pozitívnych vzoriek na SARS-CoV-2?

Sekvenáciu vykonávajú v laboratóriách Úradu verejného zdravotníctva SR v Bratislave, regionálnych úradov verejného zdravotníctva v Banskej Bystrici, Košiciach a Trenčíne a vo Vedeckom parku UK Bratislava.

Bioinformatická analýza obsiahlych sekvenačných dát všetkých SARS-CoV-2 vzoriek prebieha kompletne vo Vedeckom parku Univerzity Komenského.

Výsledky spravovaných dát o variantoch a subvariantoch vírusu SARS-CoV-2 sú nahrávané do medzinárodných genomických databáz GISAID (Global Initiative on Sharing All Influenza Data) a ENA (European Nucleotide Archive), a tiež sú reportované do európskeho systému TESSy, ktorý spravuje ECDC.

Ako sa v súčasnosti vykonáva zber odpadových vôd na monitoring SARS-CoV-2?

Aktuálne monitorujeme 24 čističiek odpadových vôd (ČOV). Tento výber reprezentuje tri epidemiologicky najvýznamnejšie ČOV v každom kraji.

Zber vzoriek sa vykonáva každý druhý týždeň a pri spracovaní výsledkov sa porovnáva aktuálny počet kópií RNA vírusu SARS-CoV-2 s predchádzajúcim odberom.

Počet kópií RNA vírusu je kvantitatívny údaj o množstve vírusu SARS-CoV-2 v odpadovej vode. Počet vyšetovaných vzoriek odpadových vôd je možné meniť podľa aktuálne epidemiologickej situácie.

Posledné očkovanie proti COVID-19 som mal vlani, ochráni ma teraz na jeseň?

Tvorba ochranej hladiny protilátok (či už po očkovaní alebo po prekonaní ochorenia) a jej pretrvávanie v organizme je individuálna. Závisí od viacerých faktorov, ako napr. vek, pridružené ochorenia, stav imunitného systému očkovanej osoby a podobne. Interval medzi posilňujúcimi dávkami alebo medzi prekonaním ochorenia a očkovaním sa vo všeobecnosti uvádza minimálne štyri mesiace. Odporúčame posilňujúcu dávku približne v rovnakom čase ako očkovanie proti chrípke (október, november).

Zvýšenie ochrany pred závažným ochorením COVID-19 po podaní posilňujúcej dávky je najvhodnejšie pre ľudí s vyšším rizikom závažného ochorenia, t.j. starších dospelých a ľudí so zdravotnými rizikovými faktormi.

Aká je najlepšia forma otestovania, ak má človek podozrenie, že má príznaky COVID-19?

Človek má obvykle podozrenie na COVID-19, ak sa u neho vyskytujú už nejaké príznaky ochorenia. V tom prípade je najjednoduchšie urobiť si doma antigénový test, ktorý je bežne dostupný v lekárni. Antigénové testy fungujú aj na nové varianty a subvarianty SARS-CoV-2. AG testy nie je potrebné aktualizovať pri výskyte každého nového variantu, pretože zachytávajú celý antigén.

Najpresnejším diagnostickým testom je RT PCR test, ktorý odhalí aj začiatok ochorenia kedy ešte nie sú prítomné klinické prejavy ochorenia.

Kedy odporúčate nosiť respirátor?

Mať prekryté dýchacie cesty odporúčame návštevníkom v nemocniciach, čakárňach a ambulanciách lekárov, domovoch sociálnych služieb a lekárňach. V týchto priestoroch sa nachádzajú zraniteľné skupiny osôb, napríklad ľudia s akútnymi či chronickými ochoreniami, imunokompromitované osoby, tehotné ženy či osoby vo vyššom veku.

Prekrytie dýchacích ciest respirátorom odporúčame aj:

- osobám, ktoré začínajú pociťovať príznaky respiračného ochorenia,
- v preplnených prostriedkoch verejnej hromadnej dopravy (MHD, prímestské, diaľkové autobusy a vlaky),
- v preplnených interiéroch, ako sú úrady, obchody a iné prevádzky, kultúrne a športové zariadenia: divadlá, kiná, múzeá, športové haly, bohoslužobné priestory a podobne,
- na hromadných podujatiach aj v exteriéri, kde dochádza k hromadeniu sa ľudí v tesnej blízkosti (spoločenské, kultúrne a športové podujatia, ako sú koncerty, divadlá, kiná a pod.),
- počas cesty do zahraničia hromadnými prostriedkami (autobusy, vlaky, lietadlá) a na preplnených miestach v zahraničí (napríklad letiská).
- počas akejkoľvek situácie, ktorú vyhodnotíte ako rizikóvu

Ako inak sa ešte možno preventívne chrániť?

- Ruky si dôkladne umývajte po každom návrate domov či po príchode do práce, po ceste v hromadných prostriedkoch, pred a po návšteve lekára a nemocnice, pred, počas, po príprave jedla a pred jeho konzumáciou, po použití toalety, pri akomkoľvek pociťovaní nečistých rúk.
- Myslite na dôkladnú hygienu rúk (umývanie mydlom a teplou vodou, použitie dezinfekčných prostriedkov na ruky na báze alkoholu) aj v domácom prostredí.
- Kašlite a kýchajte do jednorazovej hygienickej vreckovky, ktorú bezprostredne po použití zahodíte do koša a umyte si ruky. Ak žiadnu vreckovku nemáte poruke, prekryte si ústa aspoň laktovou jamkou. Cieľom je zabrániť uvoľneniu potenciálne infekčných kvapôčok do okolitého vzduchu.
- V komunite, kde sa ochorenie šíri, avšak rovnako aj počas chrípkovej sezóny, je vhodné obmedziť podávanie rúk a objímanie sa pri pozdrave. Nedotýkajte sa tváre a očí neumytými rukami, nezdierajte osobné predmety s inými ľuďmi.

- Pravidelne a nárazovo vetrajte (s oknami dokorán). Takto dôkladne vetrajte vo všetkých kolektívoch. Rovnako dezinfikujte plochy, ktorých sa ľudia často dotýkajú.
- Podporte svoju obranyschopnosť zvýšeným príjmom vitamínov A, C, E a väčšiny vitamínov zo skupiny B, vitamínu D na podporu obranyschopnosti tela - nájdete ich v čerstvej zelenine, ovocí, strukovinách a celozrnných obilninách.
- Dbajte na každodenný pobyt na čerstvom vzduchu, pomôže tiež dostatok spánku, aktívny životný štýl s dostatočným množstvom fyzickej aktivity a otužovanie.
- Obliekajte sa primerane počasiu.

Čo mám robiť v prípade ochorenia?

Ak ste chorí, nechodte do práce, školy či do iných kolektívov a iných verejných priestorov. COVID-19 je infekčné ochorenie, berte ohľad na svoje vlastné zdravie a na zdravie zraniteľných skupín populácie.

Ak nie je možné zostať doma, napríklad z dôvodu, že si potrebujete ísť po lieky, dbajte na správne nosenie respirátora (riadne prekrytý nos aj ústa). Stále treba myslieť aj na dôkladnú hygienu rúk (umývanie mydlom a teplou vodou, použitie dezinfekčných prostriedkov na ruky na báze alkoholu).

Nestretávajte sa s osobami, ktoré s vami nežijú v jednej domácnosti, obzvlášť, ak ide o vysoko rizikové skupiny (seniori, chronicky chorí, imunokompromitované osoby, tehotné ženy, malé deti a bábätká).

Ak je to možné, v prípade ochorenia obmedzte kontakt aj so svojimi blízkymi, s ktorými žijete v jednej domácnosti. Napríklad sa zdržiavajte v najvyššej možnej miere v osobitnej miestnosti, pri kontakte s inými ľuďmi noste respirátor, nepoužívajte spoločné predmety (uteráky, príbory, taniere, poháre, atď). Pravidelne dôkladne vetrajte a dezinfikujte dotykové plochy, napr. kľučky, vypínače, hygienické zariadenia - WC, umývadlo a umývadlové páky a podobne.

Je povinná izolácia chorého a karanténa jeho úzkych kontaktov?

Povinná izolácia osoby pozitívnej na COVID-19 bola zrušená vyhláškou Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky č. 2/2023, ktorá nadobudla účinnosť dňa 20. 3. 2023.

Tak ako pri iných akútnych respiračných ochoreniach, sú dospelí i deti s COVID-19 v starostlivosti svojich ošetrovujúcich lekárov, ktorí im určujú liečbu. Ochorenie si v súčasnosti nevyžaduje povinnú izoláciu pozitívnych osôb a karanténu úzkych kontaktov.

Avšak treba veľmi dôsledne dodržiavať pokyny lekárov, teda liečiť sa doma v pokoji a brať do úvahy svoj zdravotný stav. Je dôležité ochorenie vyliečiť a “neprechodiť ho”. Nepredlžujeme tým trvanie ochorenia a zabránime ďalšiemu šíreniu ochorenia na ostatných, vrátane zraniteľných skupín.

Čo všetko robia odborníci v súvislosti so sledovaním vývoja ochorenia COVID-19?

Pred pandémiou COVID-19 sa činnosti dohľadu nad respiračnými infekciami v EÚ/EHP prevažne sústreďovali na monitorovanie cirkulácie vírusu chrípky. Pandémia však viedla k tomu, že mnohé krajiny buď rozšírili svoje existujúce systémy dohľadu nad respiračnými infekciami, alebo vyvinuli nové. Za posledný rok sa vyvinulo spoločné úsilie o integrovaný

prístup dohľadu nad respiračnými vírusmi, ktorý je schopný monitorovať viacero patogénov. Cieľom bolo využiť niektoré zlepšenia systémov dohľadu na úrovni krajín a vyvinúť štandardný prístup k spoločnému monitorovaniu chrípky, RSV (respiračného syncyciálneho vírusu) a SARS-CoV-2, keďže sa očakáva, že tieto vírusy budú v nadchádzajúcich rokoch kocirkulovať.

1. Úrad verejného zdravotníctva SR počas chrípkovej sezóny, teda v období najvyššieho výskytu respiračných ochorení (október-apríl), verejnosť **na týždennej báze informuje o vývoji chorobnosti na akútne respiračné ochorenia, chrípku a jej podobné ochorenia a COVID-19.** Týždenné hlásenia (vrátane grafov) zverejňuje cez médiá a na webe ÚVZ SR v časti Aktuality:

Všetky týždenné hlásenia (vrátane grafov) môže súhrnne verejnosť nájsť tu: <https://www.uvzsr.sk/web/uvz/tyzdenne-hlasenia-aro-a-chpo-informacie-o-vyskyte>

Epidemiologickú situáciu však v rámci výskytu respiračných ochorení monitorujeme celoročne.

V týždennej aktualizácii počas chrípkovej sezóny verejnosť môže nájsť informáciu v časti venovanej Covidu-19, kde je zverejnený počet nahlásených pozitívnych PCR testov na COVID-19. Covid potvrdený antigénovým testom je započítaný v rámci akútnych respiračných ochorení (hlásený ošetrojúcim lekárom).

2. **Odborníci naďalej sledujú zastúpenie cirkulujúcich variantov vírusu SARS-CoV-2 prostredníctvom sekvenovania vzoriek od pacientov.**

Informácie možno nájsť tu: <https://www.uvzsr.sk/web/uvz/sekvenovanie-pozitivnych-vzoriek-sars-cov-2>

3. **Monitorujeme výskyt vírusu SARS-CoV-2 v populácii aktuálne aj cez čističky odpadových vôd (ČOV).** Sekvenované sú aj vzorky odpadových vôd, hoci ide o omnoho náročnejší proces než v prípade vzoriek od pacientov.

O výsledkoch monitoringu odpadových vôd pravidelne informujeme na webe ÚVZ SR v časti Aktuality a sumárne je ich možné nájsť tu: <https://www.uvzsr.sk/web/uvz/monitoring-odpadovych-vod>

Kombinácia uvedených činností s aktívnou komunikáciou s RÚVZ v SR sledujúcich dianie v teréne, ako aj informácie o stave v nemocniciach, nám v súčasnej fáze pandémie poskytujú dostatočný prehľad o vývoji situácie v súvislosti so šírením COVID-19.

PhDr. RNDr. MUDr. Ján Mikas, PhD., MPH

hlavný hygienik Slovenskej republiky

zdroj: [COVID-19 a nasledujúce obdobie - Portál úradov - Liferay \(uvzsr.sk\)](#)