<https://www.uvzsr.sk/index.php?option=com_content&view=article&id=5280:prevencia-pred-covid-19-ako-spravne-vetra&catid=56:tlaove-spravy&Itemid=62>

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Prevencia pred COVID-19: Ako správne vetrať  | Tlačiť | E-mail |

|  |
| --- |
| [Tlačové správy](https://www.uvzsr.sk/index.php?option=com_content&view=category&id=56:tlaove-spravy&layout=blog&Itemid=62)  |
| **Piatok, 15. Júl 2022 11:24**  |
| COVID_19_vetranie_7-2022COVID-19 sa šíri vzduchom prenášanými časticami a kvapôčkami. Ľudia, ktorí sú infikovaní COVID-19, môžu pri výdychu uvoľňovať častice a kvapôčky, ktoré obsahujú vírus SARS CoV-2 (napr. tiché dýchanie, rozprávanie, spev, cvičenie, kašeľ, kýchanie). Existuje viacero spôsobov, ktoré možno uplatniť na zníženie potenciálu prenosu COVID-19 vzduchom. Jedným z nich je aj vetranie. Zabezpečenie správneho vetrania vonkajším vzduchom môže pomôcť znížiť koncentráciu kontaminantov vo vzduchu, vrátane vírusov v interiéri.**Vetranie v domácnostiach*** Na výmenu vzduchu používajte prirodzené vetranie (oknami) alebo mechanické, nútené vetranie (vzduchotechnickými zariadeniami).
* Najlepšie je vetrať krátko a intenzívne. Intenzívne vetranie možno dosiahnuť vďaka prievanu, a to napr. súčasným otvorením okien vo viacerých miestnostiach.
* Vetrať treba pravidelne, aj niekoľkokrát za deň. Ak sa doma počas dňa príliš nezdržiavate, postačí poriadne vyvetrať ráno a večer.
* Pri vyššom počte ľudí v domácnosti, ako aj pri pocite vydýchaného vzduchu, je potrebné zvýšiť aj frekvenciu vetrania. Vetrajte v pravidelných intervaloch každých niekoľko hodín.
* Spôsob vetrania prispôsobte vonkajšej teplote vzduchu a ročnému obdobiu; v zime by malo ísť o rýchle a nárazové vetranie zhruba tri razy denne, v letnom období je základným pravidlom vetranie v skorších ranných hodinách, a to doobeda na západnej strane a poobede na východnej strane domu.
* V letných mesiacoch môže byť popri vetraní oknami nápomocná aj klimatizácia alebo obyčajný ventilátor, ktorým docielite rýchlejšiu výmenu vzduchu v miestnosti. Aby ste znížili riziko prenosu vzduchom, nasmerujte prúdenie vzduchu ventilátora tak, aby nefúkalo priamo z jednej osoby na druhú.
* Pokiaľ používate doma klimatizačné zariadenie, pravidelne ho čistite podľa návodu výrobcu. Pri nedostatočnej údržbe sa prístroje na úpravu vzduchu môžu stať zdrojom mikrobiálneho znečistenia.
* Bez ohľadu na to, či klimatizáciu využívate často, z času na čas ju vypnite a vyvetrajte.
* Pokiaľ sa v byte nachádza osoba pozitívna na ochorenie COVID-19, zabezpečte v miestnosti chorého a v spoločných priestoroch dobré vetranie (najlepšie pomocou prievanu) a otvorte okná vždy, keď je to možné.
* Ak je to možné, snažte sa zabrániť prúdeniu vzduchu z miestnosti chorého do iných miestností bytu.
* Na doplnenie vetrania môžete použiť čističku vzduchu s kvalitným vzduchovým filtrom. Čističku vzduchu umiestnite do miestnosti, v ktorej trávite najviac času, alebo kde najviac času trávia ľudia zo zraniteľných skupín. Aby ste znížili riziko prenosu vzduchom, nasmerujte prúd čističky vzduchu tak, aby nefúkal priamo z jednej osoby na druhú.

**Odbor hygieny životného prostredia Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky** |