

# Informace pro pacienty s chronickým onemocněním nebo pacienty podrobující se imunosupresivní léčbě

Lidé s oslabenou imunitou jsou v souvislosti s možností nákazy novým typem koronaviru vystaveni větším rizikům než zdraví lidé.

Přísně proto dodržujte doporučení Ministerstva zdravotnictví, zejména:

- vyhýbejte se styku s nemocnými jakýmkoli respiračním onemocněním,
- vyhýbejte se místům, kde může být shromážděno větší množství lidí,
  - pokud je to možné, pracujte z domova,
  - pokud je to možné, neužívejte veřejnou dopravu,
- odložte neakutní návštěvy lékaře, v případě potřeby jej kontaktujte telefonicky nebo e-mailem,
  - nevysazujte své léky bez konzultace se svým odborným lékařem.
- Sledujte stránky Vaší patientské organizace a odborné společnosti, mnoho z nich připravilo praktická doporučení pro pacienty s daným chronickým onemocněním.
- Tato konkrétní doporučení budou též průběžně zveřejňována a aktualizována na [www.koronavirus.mzcr.cz](http://www.koronavirus.mzcr.cz).

## Pečujte o vlastní fyzickou a psychickou pohodu.



Nepodceňujte dostatek spánku. Dodržujte pravidelný spánkový režim.



Najděte vyvážený střed mezi dostatečnou informovaností a mediálním přesycením. Sledujte jen ověřené zdroje informací.



Relaxujte. Poslouchejte oblíbenou hudbu. Zkuste dechová cvičení.



Sdělujte své potřeby. Nebojte se odmítnout nemocnou návštěvu nebo požádat o homeoffice.