

## Koronavirus – nemám dostatečné vybavení

Nemám dostatečné vybavení? Začneme improvizovat

Češi jsou známí svou schopností improvizovat a poradit si i v těžkých podmínkách.

Proto zapojte i Vaši svou fantazii, um a třeba i smysl pro humor – byť doba je těžká. Zapojte všechny členy rodiny.

Roušky :

Pokud jsou k nesehnání, vyrobíte sami. Vždyť dříve nebyly jednorázové ústanky ani na operačních sálech a přesto se vše zvládlo.

Z jakékoli látky, která snese praní alespoň 60 stupňů vystříhnete obdélník. Rozměry zjistíte tak, že změříte vzdálenost od ucha přes kořen nosu ke druhému uchu a od ucha pod bradou ke druhému uchu. Zaobroubíte, opatříte gumičkou (třeba z kalhot) za uši nebo tkaničkami (ty jsou lepší u malých dětí, pokud by si je rozvazovaly, dejte přes hlavu čepičku.

Neužívejte roušku u kojenců v kočárku – tam postačí třeba pláštěnka přes kočár.

Vyrobte alespoň 2 roušky pro každého člena rodiny, abyste mohli vystřídat. Roušky perte ve stejný den, kdy je odložíte, minim na teplotu 60 stupňů.

Respirátor:

Zde návod děkana ČVUT na výrobu svépomocí – údajně funguje. Ponechávám i se svébytným komentářem pana profesora.

Štít:

Nutný kombinovat s rouškou. Mnozí mají doma jakýkoli plexisklový štít sloužící původně jako ochrana při hrubé práci, prohledejte sklepy a domácí dílny. Štít je nutno po použití desinfikovat alkoholovým roztokem z obou stran, začínáme vnější.

Rukavice:

Lze použít rukavice látkové (např zimní) a podobně jako roušku týž den vyprat na 60 stupňů.

V nouzi lze použít i igelitový sáček (pejskaři znají...)

Nestíháme prát a potřebujeme desinfikovat, použijeme domácí pomocníky.

Sušička – stačí krátký program na 15- 20 min (tzv žehlicí program)

Tlakový hrnec a parní nástavec, stačí 5 minut. Pozor, nesnese každá tkanina, bavlna ale ano

Pomalý hrnec – v programu na pomalé vaření. Program nemusíme z energetických důvodů nechat doběhnout celý, stačí třeba 2 hodiny.

Mikrovlnka – 10 minut na vysoký výkon.