



# ÚRAD VEREJNÉHO ZDRAVOTNÍCTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY

## Hlavné Menu

- Úvodná stránka
- Dokumenty
- O nás
- Ochrana osobných údajov
- RÚVZ v SR
- NRC v SR
- VÝŽIVOVÉ DOPLNKY
- KATEGÓRIA PRÁCE 2
- ÚRADNÁ TABUĽA
- Register zaevidovaných VD
- Poskytovanie potravín po DMT
- Správy z úradných kontrol a ŠZD
- Legislatíva
- Právoplatné rozhodnutia
- Očkovanie
- Osýpky
- COVID-19
- Poradne zdravia
- Linky
- Cenník služieb
- Systém manažérstva kvality
- Projekt vzdelávania
- Projekt OP EVS
- Ponuka práce
- Verejné obstarávanie
- Ponuka prebytočného majetku
- Poskytovanie informácií
- Protikorupčné opatrenia
- Medzinárodná spolupráca a EÚ
- Petície
- Požiadavky na ambulantný predaj potravín
- Galéria
- Pre žiadateľov o vydanie rozhodnutia a záväzného stanoviska RÚVZ
- Projekt OP II
- Operačný program Kvalita životného prostredia

## Informácie

- Tlačové správy
- Správne poplatky
- Odborná spôsobilosť
- Register odborne spôsobilých osôb

## Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky

### COVID-19: Negatívnych 3304 vzoriek, potvrdených 185 prípadov ochorenia

Nedeľa, 22. Marec 2020 19:06

Na Slovensku evidujeme k dnešnému dňu (22.3.2020) celkovo 185 potvrdených prípadov ochorenia COVID-19, negatívnych je 3304 vzoriek.

Národné referenčné centrum pre chrípku na Úrade verejného zdravotníctva SR dnes nahlásilo 235 negatívnych vzoriek a 7 pozitívnych vzoriek.

Stručný popis dnes potvrdených prípadov:

1. muž, BA-Kramáre, Bratislava
2. muž, BA-Kramáre, Bratislava
3. žena, FN Nitra, Zlaté Moravce, Taliansko
4. žena, FN Nitra, Malé Vozokany
5. žena, UN Martin, Taliansko
6. žena, UN Martin, Kontakt s COVID
7. muž, Karanténa Gabčíkovo, Horné Dobové, kontakt v práci

[Čítať celý článok...](#)

### COVID-19: Negatívnych 3069 vzoriek, potvrdených 178 prípadov ochorenia

Sobota, 21. Marec 2020 19:49

Aktualizované: nedeľa 22.3.2020, 11.50 h.

Na Slovensku evidujeme k dnešnému dňu celkovo 178 potvrdených prípadov ochorenia COVID-19, negatívnych je 3069 vzoriek.

Národné referenčné centrum pre chrípku na Úrade verejného zdravotníctva SR dnes nahlásilo 41 nových pozitívnych vzoriek a 399 negatívnych vzoriek.

Príslušné regionálne úrady verejného zdravotníctva v SR zabezpečujú všetky potrebné protiepidemické opatrenia na elimináciu rizika šírenia ochorenia.

[Čítať celý článok...](#)

### COVID-19: Negatívnych 2670 vzoriek, potvrdených 137 prípadov ochorenia

Piatok, 20. Marec 2020 16:37

Na Slovensku evidujeme k dnešnému dňu 137 potvrdených prípadov ochorenia COVID-19, negatívnych vzoriek je spolu 2670.

Národné referenčné centrum pre chrípku na Úrade verejného zdravotníctva SR dnes nahlásilo 14 nových pozitívnych vzoriek.

Stručný popis k dnes potvrdeným prípadom:

1. Muž, FN Nitra, Hronovce, kontakt s COVID-19
2. muž, FN Trenčín, Moravské Lieskové
3. muž, FN Trenčín, Považská Bystrica
4. muž, Bratislava-Kramáre, Bratislava
5. muž, Bratislava-Klenová, Malacky, kontakt s osobou z Rakúska
6. muž, karanténa Gabčíkovo, Humenné, návrat z Rakúska
7. muž, karanténa Gabčíkovo, Michalovce, návrat z Rakúska
8. žena karanténa Gabčíkovo, Jakubovany, návrat z Rakúska
9. muž, Bratislava-Kramáre, Bratislava
10. žena, FNŠP Prešov, Spišská Belá
11. žena, UN Martin,
12. muž, UN Martin,
13. žena, UN Martin,
14. muž, ÚNV Ružomberok, Paríž

Príslušné regionálne úrady verejného zdravotníctva v SR zabezpečujú všetky potrebné protiepidemické opatrenia na elimináciu rizika šírenia ochorenia.

### ÚVZ SR: Dementovanie zverejnenej informácie

Piatok, 20. Marec 2020 16:21

Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky (ÚVZ SR) demer sa vo forme údajného vyjadrenia ÚVZ SR o tom, že v čase šírenia sa ochorenia COVID-19 sa odporúča obmedziť rozdeleným rodičom styk s dieťaťom.

Zo žiadnych opatrení Ústredného krízového štábu SR nevyplýva zákaz styku medzi najbližšími príbuznými.

Odporúčame rodičom sledovať opatrenia vydané výlučne Ústredným krízovým štábom a spravovať sa v zmysle nich.



Operačný program  
**Efektívna  
verejná správa**



EUROPSKA ÚNIA  
Európsky fond regionálneho rozvoja  
OP Integrovaná infraštruktúra 2014 - 2020

OP KŽP



Pre žiadateľov  
o vydanie  
rozhodnutia  
a záväzného

Dôležité informácie o koronavírusu (COVID-19)

KATEGÓRIA  
PRÁCE



- ▶ PRACOVNÁ ZDRAVOTNÁ SLUŽBA
- ▶ Hemoragická horúčka Ebola
- ▶ Epidemiológia
- ▶ Epidemiologická situácia
- ▶ CHRÍPKA
- ▶ Radiačná ochrana
- ▶ Nebezpečné výrobky - RAPEX
- ▶ Peľová situácia
- ▶ Problematika fajčenia a alkoholu
- ▶ Životné prostredie
- ▶ Pitná voda
- ▶ Kúpaliská - VODA na KÚPANIE
- ▶ Deti a mládež
- ▶ Preventívne pracovné lekárstvo
- ▶ OLM – Požiadavky na vzorky
- ▶ OLM – Žiadanky
- ▶ Výživa a bezpečnosť potravín
- ▶ Bezpečnosť kozmetických výrobkov
- ▶ Podpora zdravia
- ▶ HIA - hodnotenie dopadov na zdravie
- ▶ Rôzne
- ▶ Imunologický prehľad v SR 2018

## Kto je prítomný

Máme online 781 hostí

## Štatistika

Členovia : 4  
 Článkov : 2552  
 Počet zobrazení obsahu : 12629451

## Leták – Zdravie vo vašich rukách



## Leták - Zdravý tanier



## Leták - Čo by ste mali vedieť o ftalátoch

## Informácia o výskyte akútnych respiračných ochorení a chrípky a chrípke podobných ochorení v Slovenskej republike za 12. kalendárny týždeň 2020

Piatok, 20. Marec 2020 00:00

V 12. kalendárnom týždni 2020 bolo hlásených 27 008 akútnych respiračných ochorení (ARO), t. j. chorobnosť 1 160,0/100 000 osôb v starostlivosti lekárov hlásiacich v tomto kalendárnom týždni. Chorobnosť v porovnaní s predchádzajúcim týždňom klesla o 35,7 % (graf 1). Najvyššia chorobnosť bola zaznamenaná v Nitrianskom kraji, najnižšia v Trenčianskom kraji. Najvyššia vekovo špecifická chorobnosť na ARO bola vo vekovej skupine 0 - 5 ročných detí, dosiahla hodnotu 2 877,5/100 000 (graf 2).

Priebeh ochorení bol komplikovaný u 546 osôb, čo predstavuje 2,0 % zo všetkých ARO. Medzi najčastejšie komplikácie patrili sinusitída (286). Ostatné komplikácie predstavovali pneumónie (131) a otitídy (129).

Ochorenia hlásilo 45 % všeobecných lekárov pre deti a dorast a 42 % všeobecných lekárov pre dospelých. Najvyššia proporcia hlásiacich lekárov bola zaznamenaná v Trnavskom kraji, najnižšia v Bratislavskom kraji.

Čítať celý článok...

## COVID-19: Stanovisko k žiadosti o usmernenie pre samosprávu pri nakladaní s komunálnym odpadom

Piatok, 20. Marec 2020 13:14

Nový koronavírus, ktorý spôsobuje ochorenie COVID-19, tak ako všetky iné vírusy, žije v bunke živého organizmu. Mimo živej bunky sa nerozmnožuje. Môže určitý čas prežiť na povrchu predmetov kontaminovaných v dôsledku šírenia kvapôčkovou cestou, ale následne, pokiaľ nenájde nového hostiteľa, hynie.

Zároveň podľa najnovších poznatkov, ktoré boli publikované Svetovou zdravotníckou organizáciou (WHO) z 3. marca 2020 („Water, sanitation, hygiene and waste management for the COVID -19 virus“) neexistujú žiadne dôkazy o prenose vírusu COVID - 19 pri nechránenom kontakte ľudí pri manipulácii s odpadom zo zdravotnej starostlivosti, ktorá je z hľadiska rizikivosti oveľa významnejšia ako pri komunálnom odpade.

Čítať celý článok...

## Opatrenie Úradu verejného zdravotníctva SR pri ohrození verejného zdravia – karanténne opatrenia – účinnosť od 19.03.2020

Štvrtok, 19. Marec 2020 08:05

Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky (ÚVZ SR) ako príslušný orgán štátnej správy na úseku verejného zdravotníctva podľa zákona o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia z dôvodu vyhlásenia mimoriadnej situácie na území SR vládou SR (od 12.03.2020) v súvislosti s ochorením COVID-19 nariaďuje nasledovné:

Izolácia v domácom prostredí po dobu 14 dní sa nariaďuje všetkým osobám s prechodným a trvalým pobytom v SR, žijúcim na území SR nad 90 dní alebo zamestnaným na území SR, ktoré sa v období od 13.03.2020 od 7.00 h vrátili zo zahraničia, vrátane osôb, ktoré s touto osobou žijú v spoločnej domácnosti. Týmto osobám sa nariaďuje, aby bezprostredne po návrate do SR oznámili túto skutočnosť, a to telefonicky alebo elektronicky svojmu ošetrovateľskému lekárovi (všeobecné lekárstvo, pediatria). Uvedenému poskytovateľovi zdravotnej starostlivosti v špecializačnom odbore všeobecné lekárstvo alebo pediatria sa nariaďuje, aby osobám po návrate zo zahraničia, vrátane osôb žijúcim s týmito osobami v spoločnej domácnosti, vystavil PN z dôvodu karantény pre COVID-19.

Čítať celý článok...

## COVID-19: Negatívnych 2316 vzoriek, potvrdených 123 prípadov ochorenia

Štvrtok, 19. Marec 2020 18:50

Na Slovensku aktuálne máme celkovo 123 potvrdených prípadov ochorenia COVID-19, negatívnych je 2316 vzoriek.

Národné referenčné centrum pre chrípku na Úrade verejného zdravotníctva SR dnes nahlásilo 19 nových pozitívnych vzoriek.

### Stručný popis dnes potvrdených prípadov:

1. Muž, domáca izolácia, Bratislava, Anglicko-cestovateľská anamnéza
2. Muž, domáca izolácia, Bratislava
3. Žena, infektológia Ružomberok, ČR-cestovateľská anamnéza
4. Žena, infektológia Ružomberok, ČR-cestovateľská anamnéza
5. Muž, FN Trenčín, Nedašovce
6. Muž, FN Trenčín, Trenčín
7. Muž, FN Trenčín, Skačany
8. Muž, FN Trenčín, Ilava
9. Žena, FN Trenčín, Nová Dubnica
10. Muž, FN Trenčín, Ilava



## Dotazníky a tlačivá

- Dotazníky
- Tlačivá
- Letáky

## Najnovšie články

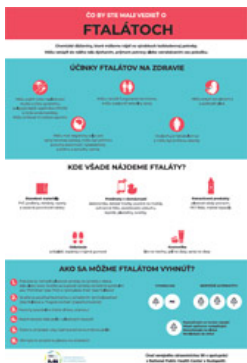
- COVID-19: Negatívnych 3304 vzoriek, potvrdených 185 prípadov ochorenia
- COVID-19: Negatívnych 3069 vzoriek, potvrdených 178 prípadov ochorenia
- COVID-19: Negatívnych 2670 vzoriek, potvrdených 137 prípadov ochorenia
- ÚVZ SR: Dementovanie zverejnenej informácie
- COVID-19: Stanovisko k žiadosti o usmernenie pre samosprávu pri nakladaní s komunálnym odpadom
- Informácia o výskyte akútnych respiračných ochorení a chrípky a chrípke podobných ochorení v Slovenskej republike za 12. kalendárny týždeň 2020
- COVID-19: Negatívnych 2316 vzoriek, potvrdených 123 prípadov ochorenia
- MZ SR/ÚVZ SR: Stanovisko k laboratórnej diagnostike nového koronavírusu
- Usmernenie hlavného hygienika Slovenskej republiky v súvislosti s ochorením COVID-19 spôsobeným koronavírusom SARS-CoV-2
- Slovenskí vedci izolovali na bunkových kultúrach prvé slovenské kmene nového koronavírusu

## Kalendár

marec 2020						
Po	Ut	St	Št	Pi	So	Ne
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## Očkovací kalendár na rok 2020





### Leták - Salmonelóza a exotické zvieratá



### Ako sa chrániť pred kliešťom - deti



### Ako sa chrániť pred kliešťom - verejnosť



### SAR PES TE ARAKHEL LE KLIEŠTOSTAR



### Leták - Od srdca k srdcu

10. Muž, FN Trenčín, Ilava
11. Muž, FN Trenčín, Trenčianska Turná
12. Žena, FN Trenčín, Trenčín
13. Muž, FN sP Prešov, Giraltovce
14. Muž, FN sP Prešov, Poprad
15. Žena, domáci odber, Bratislava
16. Žena, domáci odber, Bratislava
17. Muž, domáci odber, Bratislava
18. Žena, domáca izolácia, odber cez RÚVZ Nové Zámky, Štúrovo, kontakt s COVID-19
19. Muž, FN sP, Prešov, kontakt s COVID-19

Poznámka: Do aktuálne potvrdených prípadov (123) nie je započítané úmrtie 84-ročnej osoby s potvrdeným prípadom ochorenia COVID-19, ktorej primárnou príčinou úmrtia bol rozsiahly infarkt myokardu.

Príslušné regionálne úrady verejného zdravotníctva v SR zabezpečujú všetky potrebné protiepidemické opatrenia na elimináciu rizika šírenia ochorenia.

### MZ SR/ÚVZ SR: Stanovisko k laboratórnej diagnostike nového koronavírusu

Štvrtok, 19. Marec 2020 15:02

Laboratórna diagnostika nového koronavírusu prebieha **plne pod koordináciou štátu**. Aktuálne sa vyšetrujú vzorky v Národnom referenčnom centre pre chrípku na Úrade verejného zdravotníctva SR v Bratislave, na Regionálnom úrade verejného zdravotníctva so sídlom v Košiciach a na Regionálnom úrade verejného zdravotníctva so sídlom v Banskej Bystrici. Testovacie kapacity do konca tohto týždňa posilní aj Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Trenčíne. Všetky uvedené pracoviská budú schopné vyšetriť do cca. 700 vzoriek denne.

Súkromné laboratórne zložky sú pripravené pomôcť štátu a takisto v súčasnej dobe, kedy je na celom svete nedostatok materiálu, poskytnú štátu zásoby na testovanie. Asociácia laboratórií zároveň dnes na stretnutí na pôde rezortu zároveň deklarovala za všetky tri laboratórne súkromné spoločnosti, že **nebudú vykonávať samostatné testovanie vo vlastnej réžii pre samoplatiteľov** z dôvodu zachovania systému a štruktúry v zbere dát a ďalších epidemiologických krokov. Svoje kapacity na testovanie ponúknu len v prípade potreby, ak by štát uvedené kapacitne nezládala.

Čítať celý článok...

### Usmernenie hlavného hygienika Slovenskej republiky v súvislosti s ochorením COVID-19 spôsobeným koronavírusom SARS-CoV-2

Štvrtok, 19. Marec 2020 09:32

Usmernenie hlavného hygienika Slovenskej republiky v súvislosti s ochorením COVID-19 spôsobeným koronavírusom SARS-CoV-2 (pdf)

### Slovenskí vedci izolovali na bunkových kultúrach prvé slovenské kmene nového koronavírusu

Štvrtok, 19. Marec 2020 09:08

Virologom z Virologického ústavu Biomedicínskeho centra Slovenskej akadémie vied (SAV) sa v ich špeciálnom laboratóriu so stupňom biologickej bezpečnosti úrovne 3 (BSL3) podarilo izolovať na bunkových kultúrach prvé slovenské kmene vírusu SARS-CoV-2.

K tomuto úspechu prišlo vďaka úzkej spolupráci s Úradom verejného zdravotníctva (ÚVZ) SR. Národné referenčné centrum pre chrípku na ÚVZ SR pod vedením Mgr. Edity Staroňovej, PhD., totiž slovenským vedcom poskytlo klinické vzorky prvých slovenských pacientov, ktoré poslúžili ako zdroj vírusu. Následne sa na izolácii vírusu tímovo podieľali viacerí členovia Oddelenia ekológie vírusov pod vedením RNDr. Borisa Klempu, DrSc.. Za prácu v BSL3 laboratóriu si zaslúži kredit predovšetkým RNDr. Monika Sláviková, PhD.

Čítať celý článok...

### Viac článkov...

- Opatrenie Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky pri ohrození verejného zdravia, ktorým s účinnosťou od 19. marca 2020 od 6:00 nariaďuje „karanténne opatrenia“
- COVID-19: Negatívnych 2033 vzoriek, 105 potvrdených prípadov ochorenia
- Stanovisko Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky k možnému prenosu nového koronavírusu SARS-CoV-2 pitnou vodou.
- COVID-19: 1886 negatívnych vzoriek, 105 potvrdených prípadov
- Odporúčania ÚVZ SR na zabránenie šírenia nového koronavírusu spôsobujúceho ochorenie COVID-19 pri predaji potravín, pokrmov a nápojov
- COVID-19: 1816 negatívnych vzoriek, 97 potvrdených prípadov
- COVID-19: 1631 negatívnych, 84 potvrdených prípadov
- Aktualizované opatrenia ÚVZ SR pri ohrození verejného zdravia
- Zmena a doplnenie opatrenia ÚVZ SR pri ohrození verejného zdravia do dňa 16.03.2020
- COVID-19: Negatívnych 1523 vzoriek, pozitívnych 72 prípadov

<< Začiatok < Dozadu 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Dopredu > Koniec >>



### Význam očkovania – Choroby, ktorým môžeme vďaka očkovaniu predchádzať



### Leták - Ako predísť chrípke



### Leták - Chrípka



### Nepodceňujme chrípku

Chrípka je vysoko nakažlivé ochorenie spôsobené vírusom, na ktoré neúčinkujú antibiotiká.

U starších osôb má chrípka horší priebeh a častejšie spôsobuje komplikácie nezriedka vedúce až k úmrtiu.

### Leták - Chrípka senióri

**Hypertenzia a atriálna fibrilácia sú hlavnými príčinami vzniku mozgovej porážky. Projekt**

## Od srdca k srdcu

pomáha pri včasnej detekcii srdcovej arytmie – atriálnej fibrilácie meraním krvného tlaku a pulzu.

Prítomnosť mozgových porážok je možná. Každá minúta záleží.

Meranie krvného tlaku a ritmického faktora vznikajú mozgovou porážkou.

**PORADNÁ ZONAVIA TU** REGIONÁLNY ÚRAD pre veľkú zdravotníctva

### SAR TE NA CHUDEL E CHRIPKA

**SAR TE NA CHUDEL E CHRIPKA**

**NE KAPKEL TE KEREL...**

**SO NASTÍ TE KEREL...**

**TE SAN IMAR NASVALE.**

www.zdrav.sk

### Leták - Hemoragická horúčka Ebola - september

**Hemoragická horúčka Ebola**

Hemoragická vyočovaná vírusom Ebola

Od decembra 2014 je hlavnou príčinou smrteľného ochorenia smrteľného Ebola, ktoré postihuje najmä územie v západnej Afrike (Guinea, Sierra Leone, Liberia, Kónga).

Čo je Ebola

Ebola je ťažko ochorenie spôsobené vírusom Ebola, vyznačuje sa horúčkou, nevoľnosťou, bolesťou svalov a krvácaním.

Ako sa prenáša

Prenáša sa priľnutím krvi alebo telesných sekrétov (pot, slzy, sly, moč, krv, sperma, materské mlieko) a slinami. Prenáša sa tiež kontaktom s kontaminovanými predmetmi (stoličky, jedlá, nádobí, ihly) alebo s kontaminovanými povrchmi. Nie je možné prenášať sa vzduchom.

Príznaky choroby sa začínajú objavovať 2-16 dní po infekcii. Príznaky zahŕňajú horúčku, bolesti svalov, bolesti hlavy, bolesti v očiach, bolesti v ústach, bolesti v krku, bolesti v kĺboch, bolesti v svaloch, bolesti v črevách, bolesti v pečeni, bolesti v slezine, bolesti v pankrease, bolesti v žlčníku, bolesti v žlčových kamech, bolesti v žlčových cestách, bolesti v žlčových kamech, bolesti v žlčových cestách, bolesti v žlčových kamech, bolesti v žlčových cestách.

Príznaky choroby sa začínajú objavovať 2-16 dní po infekcii. Príznaky zahŕňajú horúčku, bolesti svalov, bolesti hlavy, bolesti v očiach, bolesti v ústach, bolesti v krku, bolesti v kĺboch, bolesti v svaloch, bolesti v črevách, bolesti v pečeni, bolesti v slezine, bolesti v pankrease, bolesti v žlčníku, bolesti v žlčových kamech, bolesti v žlčových cestách, bolesti v žlčových kamech, bolesti v žlčových cestách.

### Leták - Soľ nie je nad zlato

**SOĽ nie je nad ZLATO**

**Biologická soľ**

Biologická soľ je prírodná soľ, ktorá vzniká z prírodných zdrojov a obsahuje všetky potrebné minerály a vitamíny.

**Medicínska prírodná soľ**

Medicínska prírodná soľ je prírodná soľ, ktorá vzniká z prírodných zdrojov a obsahuje všetky potrebné minerály a vitamíny.

**SLANA ČIŽKA JE NEVÝHODNÁ**

Slaná čižka je nevhodná pre zdravie, pretože obsahuje príliš veľa soli.

**Tipy pre zdravú soľ**

1. Používajte biologickú soľ.

2. Používajte soľ s obsahom jódu.

3. Používajte soľ s obsahom horčíka.

4. Používajte soľ s obsahom kalcia.

5. Používajte soľ s obsahom železa.

6. Používajte soľ s obsahom zinku.

7. Používajte soľ s obsahom medi.

8. Používajte soľ s obsahom mangánu.

9. Používajte soľ s obsahom kobaltu.

10. Používajte soľ s obsahom niklu.

11. Používajte soľ s obsahom meďi.

12. Používajte soľ s obsahom vanádia.

13. Používajte soľ s obsahom chrómu.

14. Používajte soľ s obsahom selenu.

15. Používajte soľ s obsahom molybdenu.

16. Používajte soľ s obsahom kobaltu.

17. Používajte soľ s obsahom niklu.

18. Používajte soľ s obsahom meďi.

19. Používajte soľ s obsahom vanádia.

20. Používajte soľ s obsahom chrómu.

21. Používajte soľ s obsahom selenu.

22. Používajte soľ s obsahom molybdenu.

### Pexeso : zdravé a nezdravé potraviny

**Pexeso : zdravé a nezdravé potraviny**

Graticious game board with icons of various fruits and vegetables, some marked with a red 'X' to indicate they are unhealthy.

**Chríпка**

Ne si ľúť, že sa ochorel. Choďte poď zdravšie! Dajte sa očakovať proti chrípke!

### Leták - Chríпка zdravotníci

**Chríпка**

Chráňte svojich pacientov! Chráňte sa sami! Dajte sa očakovať proti chrípke!

### Leták - Preplávajme bezpečne letom

**PREPLÁVAJME LETOM BEZPEČNE**

### Leták - Kúpte sa pri bazéne zdravšie

**Buďme ohľaduplní, kúpme sa zdravšie!**

Infographic with tips for safe swimming, including wearing life jackets, avoiding alcohol, and staying hydrated.

### Akrylamid v potravinách

**Akrylamid v potravinách**

Akrylamid je chemická látka, ktorá sa prirodzene tvorí najmä v karamelizovaných potravinách počas tepelného spracovania potravín pri vysokých teplotách. Akrylamid vzniká z glukózy a asparagínu, ktoré sa nachádzajú v potravinách, ktoré obsahujú škrob.

**Asparagín + Glukóza = Akrylamid**

Potraviny, ktoré najviac prispievajú k príjmu:

- Chlieb
- Čaj
- Slanina
- Čokoláda
- Čaj
- Čokoláda

**Vplyv na naše zdravie**

Labovacie štúdie ukázali, že akrylamid spôsobuje rakovinu a pôsobí aj na srdcovú sústavu. Akrylamid je tiež karcinogénny pre potkanov a myši. Akrylamid je tiež karcinogénny pre potkanov a myši.

**Ako znížiť akrylamidovú úroveň?**

1. Používajte nižšie teploty pri varení, pečení a pražení potravín.

2. Používajte časť potravín, ktoré obsahujú vitamín C.

3. Používajte časť potravín, ktoré obsahujú vitamín E.

### Výživovo-pohybové koleso



## Osýpky sú vážne ochorenie

### Osýpky sú vážne ochorenie

Osýpky sú závažné ochorenie, ktoré sa šíri vzdušnou kapičkou. Každý rok v SR ochoreje približne 200 000 ľudí. Osýpkami sa môže ochoriť každý, aj keď ste už osýpkami ochorení. Osýpky sú veľmi nákľavé a ľahko sa šíria vzdušnou kapičkou. Každý rok v SR ochoreje približne 200 000 ľudí. Osýpkami sa môže ochoriť každý, aj keď ste už osýpkami ochorení.

#### Komplikácie osýpkovej infekcie

## Leták - Syfilis

## Leták - Päť zásad pre bezpečnejšie potraviny

## Leták "Pre Vaše zdravie, pre Vás"

## Úrad verejného zdravotníctva SR jeho činnosti a aktivity



Vážení dámy, vážení páni,  
do rúk sa Vám dostáva leták, ktorým chceme upraviť  
poznosť každého z Vás na úroveň a úrovni Úradu verejného  
zdravotníctva Slovenskej republiky odlej len „urad“! Verejné  
zdravotníctvo predstavuje modernú, perspektívnu a  
rozvíjajúcu sféru zdravotníctva. Pri uskutočnení cieľu

## Leták - Čo znamenajú symboly a značky na plastových obalových materiáloch



Čo znamenajú symboly a značky  
na plastových obalových materiáloch  
a na plastových výrobkoch určených  
na styk s potravinami

