

## 1. Po kontakcie z osobą zakażoną **najważniejsza jest kwarantanna**

Liczba zakażeń koronawirusem wciąż rośnie. Eksperci przyznają, że rzeczywista liczba zakażeń może być kilkakrotnie wyższa, bo na testy nie są kierowane osoby bezobjawowe, a one również mogą zakażać koronawirusem. To oznacza, że z każdym dniem wzrasta ryzyko, że i my będziemy mieli kontakt z zainfekowaną osobą.

Co wtedy powinniśmy zrobić?

**W momencie, kiedy dowiadujemy się, że osoba, z którą mieliśmy bliski kontakt, ma koronawirusa, powinniśmy poddać się kwarantannie.**

Czym jest bliski kontakt? Zgodnie z oficjalnymi informacjami opublikowanymi na stronie rządowej, to jedna z poniższych sytuacji:

- jeżeli przebywaliśmy z osobą zakażoną w odległości mniejszej niż 2 metry przez okres dłuższy niż 15 minut;
- jeżeli mieszkamy w tym samym domu lub pokoju hotelowym, co osoba chora;
- jeżeli osoba zakażona należy do grona najbliższych przyjaciół lub kolegów;
- jeżeli prowadziliśmy rozmowę z osobą z objawami choroby twarzą w twarz przez dłuższy czas.

Przy czym jak zaznaczają lekarze, we wszystkich wymienionych przypadkach, chodzi o bezpośrednie kontakty z osobą zainfekowaną bez maseczki.

## 2. Sanepid ustala, kto mógł się zakazić i przekazuje informację o kwarantannie

Po badaniu potwierdzającym zakażenie, ośrodek w którym wykonano test, wysyła zgłoszenie do stacji sanitarno-epidemiologicznej. Dalsze dochodzenie należy do sanepidu. W trakcie wywiadu telefonicznego pacjenci z potwierdzonym zakażeniem koronawirusem podają listę osób, z którymi miały w ostatnim okresie styczność.

**Po wytypowaniu osób, które mogły ulec infekcji**, kontaktuje się z nimi sanepid i informuje o skierowaniu na kwarantannę - telefonicznie lub smsowo.

W praktyce reakcja sanepidu bywa opóźniona, w skrajnych przypadkach **nawet o 10 dni**. A to oznacza, że przez ten czas osoby zainfekowane mogą zarażać innych, dlatego tak ważne jest samodzielne zadbanie o kwarantannę, jeśli wiemy, że było ryzyko zakażenia.

## JAK POSTĘPOWAĆ, GDY PODEJRZEWASZ U SIEBIE COVID-19?



UMÓW SIĘ NA WIZYTĘ Z LEKARZEM POZ.  
POINFORMUJ GO O SWOICH OBJAWACH.

JEŚLI PO KONSULTACJI OBJAWY UTRZYMUJĄ SIĘ PRZEZ 3-5 DNI, **KONIECZNE BĘDZIE BADANIE BEZPOŚREDNIE W PRZYCHODNI.**



DECYZJĘ O PRZEPROWADZENIU TESTU NA OBECNOŚĆ KORONAWIRUSA SARS-COV-2 **PODEJMIE LEKARZ POZ.**



JEŚLI WYNIK BĘDZIE **DODATNI** - JESTEŚ ZAKAŻONY, OD TEJ PORY BĘDZIESZ **POD OPIEKĄ SPECJALISTY CHORÓB ZAKAŻNYCH.**



JEŚLI WYNIK BĘDZIE **UJEMNY** - NIE JESTEŚ ZAKAŻONY, ZOSTANIESZ **POD OPIEKĄ LEKARZA POZ.**

## IZOLACJA PACJENTÓW Z COVID-19



### PACJENCI **BEZOBJAWOWI**

koniec izolacji może nastąpić po 10 dniach od wykonania testu



### PACJENCI **OBJAWOWI**

koniec izolacji może nastąpić po 3 dniach od ustąpienia objawów, ale nie wcześniej niż po 13 dniach od wystąpieniu pierwszych objawów

Przez cały okres izolacji nie wolno opuszczać domu, nawet na krótki spacer czy zakupy. Za złamanie kwarantanny zalecanej przez sanepid, **może grozić maksymalnie 30 tys. zł. kary.**

Jeżeli zauważymy u siebie niepokojące objawy, trzeba się skontaktować z lekarzem POZ. Po teleporadzie może nas skierować na test, na badanie w placówce albo jeżeli stan jest ciężki - do szpitala.

Kwarantanna trwa 10 dni. Jeżeli nie ma potwierdzenia zakażenia, po upływie tego terminu, kończy się automatycznie. Nie ma konieczności wykonywania testu na obecność koronawirusa.

W przypadku potwierdzenia zakażenia termin izolacja trwa 13 dni, ale może być wydłużona indywidualnie przez lekarza.