

Litháenska

COVID-19 - Hvað þýðir og hvað þarf að gera:

Úrvinnslusóttkví: Meðan verið er að vinna úr smitrakningu eru hópar nemenda og/eða starfsmanna sett í úrvinnslusóttkví. Í smitrakningu er verið að skoða hverjir hafa mögulega smitast af einhverjum sem er með Covid-19. Í úrvinnslusóttkví gilda sömu reglur og á við um sóttkví. Úrvinnslusóttkví gildir í innan við 48 klukkustundir.

Sóttkví: Þegar smitrakningu er lokið er tekin ákvörðun um að setja þá í sóttkví sem mögulega hafa smitast af Covid-19. Fólk er í sóttkví í 14 daga en hægt er að stytta sóttkví eftir 7 daga með sýnatöku. Ef niðurstaða sýnatöku sýnir að einstaklingur hefur ekki smitast er sóttkví hætt. Á þeim tíma sem einstaklingur er í sóttkví má hann ekki vera nálægt öðrum, snerta aðra og ekki snerta sömu hluti og aðrir nema sóttthreinsa hlutina t.d. salerni. Sá sem er í sóttkví ætti því helst ekki að vera á sama heimili og aðrir sem eru ekki í sóttkví. Einstaklingur í sóttkví:

- Má **ekki** fara í vinnu eða í skóla
- Má **ekki** fara í búðir eða aðra almenningsstaði
- Má **ekki** hitta annað fólk
- Má **ekki** fara á veitingastaði, heilsuræktarstöðvar, sundlaugar, leikhús, kvikmyndahús, félagsmiðstöð, verslanir o.s.frv.
- Má **ekki** dvelja í sameiginlegum rýmum fjölbýlishúsa s.s stigagöngum, þvottahúsum og eða sameiginlegum gördum/útvistarsvæðum
- Má **ekki** taka á móti gestum á sitt heimili á meðan sóttkví stendur
- Má fara út á svalir eða út í garð
- Má fara í gönguferðir þar sem eru ekki fjölsóttir og halda sig í 2 metra fjarlægð frá öðrum vegfarendum.

Einangrun í heimahúsi: Einstaklingur sem er með Covid-19 sýkingu, hvort sem hann er einkennalaus eða veikur á að vera í einangrun. Heilbrigðisstarfsmaður veitir viðkomandi upplýsingar um smitleiðir og einkenni Covid-19 sýkingar. Einstaklingur í einangrun á að halda sig heima við og má ekki vera í nálægð við aðra, snerta þá eða koma við sömu hluti og þeir. Einstaklingur í einangrun má ekki fara út af heimilinu nema til að sækja heilbrigðisþjónustu í samráði við heilsugæsluna/sími 1700 eða 112. Þannig er mun strangri reglur í einangrun en sóttkví. Læknir má aflétta einangrun vegna Covid19 þegar BÆÐI eftirfarandi skilyrði eru uppfyllt:

- 14 dagar eru liðnir frá greiningu
OG
- sjúklingur hefur verið einkennalaus í a.m.k. 7 daga.

Hægt er að hafa samband við Hjálparsíma Rauða krossins 1717

Frekari upplýsingar á www.covid.is

Covid-19

Kas ką reiškia ir ką reikia daryti:

Laikinas karantinas (úrvinnslusóttkví): Kol siekiama atsekti užkratą, mokinių ir/ar darbuotojų grupės yra siunčiamos į laikiną karantiną. Epidemiologinio tyrimo metu aiškinamasi, kas galėjo užsikrėsti nuo sergančiojo Covid-19. Laikiname karantine galioja tos pačios taisyklės kaip ir karantine. Laikinas karantinas trunka iki 48 valandų.

Karantinas: Epidemiologiniam tyrimui pasibaigus, priimamas sprendimas taikyti karantiną tiems, kurie galimai užsikrėtė Covid-19. Asmenys laikosi karantino 14 dienų, tačiau yra galimybė jį sutrumpinti pasidarant Covid-19 tyrimą po 7 dienų. Jei rezultatas neigiamas, karantinas nutraukiamas. Asmuo karantine negali būti šalia kitų, liesti kitus asmenis arba daiktus, kuriuos liečia kiti, nebent jie dezinfekuojami, pvz. tualetas. Asmuo esantis karantine neturėtų būti tuose pačiuose namuose su asmenimis, kurie nėra karantine. Asmuo karantine:

- **Negali** eiti į darbą ar lankyti mokyklos
- **Negali** eiti į parduotuvę ar kitas viešas vietas
- **Negali** tiesiogiai bendrauti su kitais asmenimis
- **Negali** lankytis restoranuose, sporto salėse, baseinuose, teatruose, kino teatruose, laisvalaikio centruose, parduotuvėse ir pan.
- **Negali** užsibūti bendrose daugiabučių patalpose, pvz., laiptinėse, skalbyklose, bendruose kiemuose ar lauko zonose
- **Negali** priimti svečių savo namuose, kol tęsiasi karantinas
- Gali išeiti į balkoną ar kiemą
- Gali išeiti pasivaikščioti ten, kur nėra daug žmonių bei laikantis 2 metrų atstumo nuo kitų.

Izoliacija namuose: Asmuo, kuriam nustatyta Covid-19 infekcija, nesvarbu, ar atvejis besimptomis, ar simptomai pasireiškia, privalo būti izoliacijoje. Sveikatos priežiūros specialistas pateikia asmeniui išsamią informaciją apie Covid-19 infekcijos plitimo kelius ir simptomus. Izoliacijoje esantis asmuo turi likti namuose, negali kontaktuoti su kitais asmenimis, liesti jų ar naudotis tais pačiais daiktais kaip kiti. Izoliacijoje esantis asmuo negali išeiti iš namų, išskyrus kreipiantis būtinųjų sveikatos priežiūros paslaugų prieš tai pasitarus su pirminės sveikatos priežiūros klinika/telefonu 1700 ar 112. Taigi, izoliacijos taisyklės yra daug griežtesnės nei karantino. Gydytojas gali atšaukti izoliaciją dėl Covid-19, jei patenkinamos ABI toliau pateiktos sąlygos:

- nuo ligos diagnozavimo praėjo 14 dienų

IR

- sergančiajam nepasireiškė simptomai bent 7 dienas.

Raudonojo Kryžiaus pagalbos linijos numeris 1717

Daugiau informacijos www.covid.is