Ako postupovať pri podozrení na ochorenie COVID-19

Kľúčové slová
Ministerstvo zdravotníctva SR

V prípade podozrenia na ochorenie COVID-19 alebo úzkeho kontaktu s pozitívnou osobou na toto ochorenie je potrebné postupovať zodpovedne a predovšetkým zostať v domácej izolácii a sledovať svoj zdravotný stav, aby sa prípadné ochorenie nešírilo ďalej.

Následne treba kontaktovať svojho ošetrujúceho lekára (všeobecného lekára, v prípade detí - všeobecného lekára pre deti a dorast) a to telefonicky, mailom, či SMS.

Ďalšie kroky:

- Prihlásiť sa na testovanie prostredníctvom elektronického formuláru na webovej stránke www.korona.gov.sk: https://www.old.korona.gov.sk/covid-19-patient-form.php.
- Je potrebné vyplniť všetky polia v červenom rámčeku.
- Každý, kto prišiel do úzkeho kontaktu s pozitívnou osobou, alebo má podozrenie na ochorenie, zostáva v domácej izolácii.
- Po registrácii je potrebné počkať na SMS správu s COVID PASSom - pokynmi, kde a kedy je potrebné sa dostaviť na testovanie (najskôr na piaty deň od kontaktu s pozitívnym).
- Na odberové miesto je potrebné sa dostaviť individuálnou dopravou, po celý čas používať ochranné rúška, aj šofér, aj testovaná osoba.
- Každý testovaný dostane najneskôr do 96 hodín SMS správu s výsledkom testu.
- O výsledku testu informujte svojho lekára.

Ak je výsledok negatívny

- Pokračuje domáca karanténa minimálne 10 dní, o ktorej ukončení rozhodne príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva.
- Karanténa sa odpočítava od posledného úzkeho kontaktu s pozitívnou osobou.
- Dĺžku karantény môžu ešte ovplyvniť pozitívne výsledky v tomto období testovaných osôb žijúcich s osobou v spoločnej domácnosti. Karanténa sa predlžuje v závislosti od dátumu pozitívnych výsledkov týchto osôb.

Ak bolo potvrdené ochorenie COVID-19

- Pokračuje domáca izolácia - trvá najmenej 10 dní od zistenia pozitívneho výsledku testu.
- Pozitívne testovaná osoba informuje všetkých, s ktorými bola v úzkom kontakte
- Je potrebné tieto osoby požiadať, aby sa prihlásili na testovanie.
- Odporúča sa spísať zoznam týchto osôb aj s kontaktmi a počkať, kým pozitívne testovanú osobu bude kontaktovať príslušný RÚVZ

DOMÁCA IZOLÁCIA:

Nariaďuje ju regionálny úrad verejného zdravotníctva:
- ak má osoba potvrdené ochorenie COVID-19
- bola testovaná na COVID-19 a čaká na výsledok

- má mierne príznaky ochorenia (kašeľ, horúčka, bolesť v krku, strata čuchu, chuti)
- v prípade choroby, keď sa nevie s určitosťou, či ide o COVID-19
- bola v úzkom kontakte s pozitívne testovanou osobou
- pricestovala z rizikovej krajiny

Počas izolácie je potrebné sledovať svoj zdravotný stav – v prípade miernych príznakov kontaktovať ošetrujúceho lekára, v prípade vážnych problémov volať záchrannú zdravotnú službu a upozorniť ju, že ide o osobu v karanténe alebo osobu pozitívnu na COVID-19.

UKONČENIE IZOLÁCIE:

- O ukončení izolácie rozhoduje príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva.
- V prípade závažného priebehu choroby sa môže izolácia predĺžiť.
- U pacienta s miernym priebehom izolácia končí najskôr po desiatich dňoch od prvých symptómov, najskôr tri dni po vymiznutí príznakov.
- U pacienta so závažným priebehom minimálne po 20 dňoch od prvých prejavov, minimálne tri dni po vymiznutí príznakov.
- Na ukončenie izolácie sa nevyžaduje negatívny RT PCR test. (U mnohých osôb totiž pretrváva pozitivita testu, ale samotný vírus po uvedenom časovom limite už nie je schopný prenosu z človeka na človeka, teda osoba sa nepovažuje za infekčnú.) O všetkom však rozhoduje ošetrujúci lekár alebo regionálny hygienik.
- V prípade, ak osoba v kontakte s pozitívnym človekom mala nariadenú izoláciu a neabsolvovala test, môže ju ukončiť najskôr po 10 dňoch, ak nemá klinické príznaky.
- V prípade, ak už karanténa nie je potrebná, lekár vydá potvrdenie o ukončení PN (je to možné aj mailom alebo SMS).
- Za predčasné opustenie karantény hrozí sankcia. Polícia kontroluje dodržiavanie karantény a RÚVZ môže udeliť pokutu až 1659 eur).

PODMIENKY domácej izolácie:

- nesmiete opustiť miesto, kde ste nahlásili pobyt počas svojej karantény okrem prípadu núdze, pri potrebe základnej zdravotnej starostlivosti, individuálnej prepravy na mobilné odberové miesto z dôvodu testovania,
- nesmiete chodiť na verejné miesta vrátane obchodov, kultúrnych spoločenských a športových udalostí, ani sa zúčastňovať súkromných akcií (rodinné oslavy, a pod.),
- nesmiete používať hromadnú dopravu alebo taxík,
- nesmiete nikoho navštevovať,
- nesmiete prijímať návštevy, vstup do domu/bytu, kde ste v karanténe, majú len: osoby, ktoré tam bývajú, či poskytovateľ zdravotnej starostlivosti v prípade potreby,
- ak bývate v rodinnom dome, môžete ísť do svojej súkromnej záhrady alebo na dvor,
- ak bývate v byte, môžete ísť na súkromný balkón,
- v prípade, že potrebujete kúpiť potraviny, iný tovar a lieky, musíte požiadať inú osobu o pomoc (ktorá nie je v karanténe), aby Vám doniesla nákup k vchodovým dverám . Nákup si môžete objednať aj telefonicky alebo e-mailom. Pokyny pre dodanie tovaru musia uvádzať, že nákup by mal byť dodaný pred vchodové dvere.

Ak osoba v karanténe žije v spoločnej domácnosti s ďalšími osobami:
- obmedziť kontakt s ostatnými, izolovať sa v samostatnej izbe, ktorú treba často vetrať,
- nezdieľať spoločnú izbu s osobami, ktoré patria do ohrozenej kategórie,
- spoločnú kúpeľňu používať v domácnosti ako posledná osoba a následne ju dôkladne vydezinfikovať, používať vlastné uteráky a dodržiavať správnu hygienu rúk,
- od ostatných členov domácnosti udržiavať vzdialenosť aspoň 1,5 metra, nosiť rúško
- stravu konzumovať vo svojej izbe, mať vyčlenený vlastný riad a poháre,
- bielizeň prať na minimálne 60 stupňov Celzia, žehliť na najvyššej možnej teplote
- všetok odpad skladovať v plastovom vreci pevne uzavretom.

V prípade, ak osoba, u ktorej bolo potvrdené ochorenie COVID-19, žije v spoločnej domácnosti s ďalšími osobami, aj tieto osoby zostávajú v domácej izolácii.

V prípade podozrenia na ochorenie, bez klinických príznakov, o umiestnení členov do domácej karantény rozhoduje regionálny úrad verejného zdravotníctva.

DEFINÍCIA KONTAKTOV

***Úzky kontakt** je definovaný ako:
- kontakt s osobou, pri ktorom je vysoké riziko expozície,
- osobný kontakt s prípadom COVID-19 **do dvoch metrov dlhšie ako 15 minút**, alebo
- **fyzický kontakt** s prípadom COVID-19, alebo
- **nechránený priamy** kontakt s prípadom COVID-19 **v uzavretom prostredí** (napr. v domácnosti, triede, zasadacej miestnosti, nemocničnej čakárni atď.) **dlhšie ako 15 minút**, alebo
- sedenie vedľa prípadu COVID-l9, vo vzdialenosti do dvoch sedadiel v lietadle (v akomkoľvek smere), alebo
- poskytovanie starostlivosti a obsluhovanie v časti lietadla, kde sedel prípad COVID-19. Pod úzkym kontaktom sú myslené aj konkrétne osoby a to: osoby poskytujúce starostlivosť a členovia posádky obsluhujúci v časti lietadla, kde sedel prípad COVID-19,
- činnosť zdravotníckeho pracovníka alebo inej osoby poskytujúcej starostlivosť prípadu COVID-19, alebo činnosť pracovníka laboratória manipulujúceho so vzorkami prípadu COVID-19 bez odporúčaných OOP alebo s možným porušením použitia OOP.

****Bežný kontakt** je definovaný ako:
- kontakt s osobou, pri ktorom je nízke riziko expozície,
- osobný kontakt s prípadom COVID-19 **do dvoch metrov kratšie ako 15 minút**, alebo
- kontakt s prípadom COVID-19 **v uzavretom prostredí** (napr. v domácnosti, triede, zasadacej miestnosti, nemocničnej čakárni atď.) **kratšie ako 15 minút**, alebo
- cestovanie osoby spolu s prípadom COVID-19 akýmkoľvek dopravným prostriedkom (s výnimkou lietadla),
- činnosť zdravotníckeho pracovníka alebo inej osoby poskytujúcej starostlivosť prípadu COVID-19, alebo činnosť pracovníka laboratória manipulujúceho so vzorkami prípadu COVID-19 s odporúčanými OOP.

Ak kontakt s pozitívnou osobou bol vyhodnotený ako bežný kontakt aj tak je potrebné:
- denné sledovanie príznakov kompatibilných s COVID-19 vrátane horúčky akéhokoľvek stupňa, kašľa, únavy alebo problémov s dýchaním, straty čuchu, chuti alebo porucha chuti,
- opatrenia zamerané na obmedzenie fyzického kontaktu a vyhýbať sa cestovaniu,
- prísnu hygienu rúk a opatrenia respiračnej etikety,
- ak sa vyskytnú príznaky, zotrvať v domácej izolácii a kontaktovať telefonicky lekára.

Dátum: **16. októbra 2020**