TEENDŐK JÁRVÁNYÜGYI MEGFIGYELÉS ESETÉN

A COVID-19 betegséget okozó vírus 80%-ban enyhe tüneteket okoz, de enyhe tünetek mellett, sőt már a tünetek megjelenése előtt 1-2 nappal is fertőz. A fertőző képessége magas. Azért, hogy a járvány terjedését kontrollálni tudja a járványügyi hatóság és a megbetegedett személyek megfelelő egészségügyi ellátásban részesülhessenek, szükség van járványügyi megfigyelés/karantén bevezetésére.

Járványügyi megfigyelés a fertőzés valószínűségének alapján, meghatározott feltételek vizsgálata után történhet kórházi és otthoni körülmények között. Ennek elbírálása orvosi/járványügyi feladat.

Ha az orvosi/járványügyi döntés értelmében **otthoni járványügyi megfigyelés** alá vonják, kérjük, **tartsa be a kapott határozatban foglaltakat!**

Ha orvosi/járványügyi **hatósági eljárásra nem volt szükség**, nincs tünete, de olyan területről érkezett vagy olyan személlyel találkozott, akinél felmerülhet, de nem bizonyított a fertőzés, akkor a munkahely által javasolt vagy **önként vállalt otthoni megfigyelésre** lehet szükség. Ilyen esetekben:

- <u>Maradjon otthon, kivéve, ha egészségügyi ellátásra szorul:</u>
  - maradjon otthon, korlátozza házon kívüli mozgását
  - ne menjen dolgozni, iskolába, közösségi helyekre
  - ha mindenképp el kell hagynia otthonát, kerülje a közösségi közlekedést, taxit
  - egészségügyi ellátás előtt hívja fel doktorát és tájékoztassa a helyzetéről

- <u>Figyelje egyészségi állapotát:</u>
  - naponta mérjen testhőmérsékletet
  - figyelje a légúti tünetek jeleit
  - szükség esetén hívja fel doktorát

- <u>Otthonában különítse el magát másoktól és a háziállataitól:</u>
  - tartózkodjon külön szobában
  - ha van rá lehetőség külön WC-t, fürdőszobát használjon
  - köhögés, tüsszentés esetén használjon zsebkendőt - vagy használja a könyökhajlatát - majd dobja a zsebkendőt a szemetesbe és mosson kezet,
  - mosson kezet legalább 20 másodpercig szappanos meleg vízzel, ennek hiányában 60% feletti alkoholtartalmú kézfertőtlenítővel fertőtlenítsen
  - otthonában is viseljen legalább sebészi szájmaszkot, ha mások is vannak Ön körül (pl. közös helyiség, autó, stb.) és mielőtt egészségügyi intézménybe belép. Nem szükséges használnia, ha maszkban légzési nehézséget okoz a légvétel, de mindent meg kell tennie, hogy elfedje a köhögés, tüsszentés általi fertőzést
  - az Önt otthonában ápoló hozzátartozónak maszkot kell viselnie, ha belép a helyiségben, ahol Ön tartózkodik
  - gyakran szellőztessék a helyiségeket, de ez nem helyettesíti a maszk használatát a fent említett esetekben

- korlátozza kapcsolatát háziállataival: habár nincs egyértelmű bizonyíték az emberről állatra való terjedésről, a vírus ezen tulajdonsága még nem ismert, további vizsgálatok szükségesek
- amennyiben lehetséges, más személy lássa el az otthoni állatokat. Amennyiben nem lehetséges, ellátása előtt és utána mosson alaposan kezet, viseljen szájmaszkot, ne simogassa, ne ossza meg vele ételét.

❖ <u>Fertőtlenítse a gyakran használt helyiségeket, bútorokat, eszközöket:</u>

- napi szinten, többször tisztítsa és fertőtlenítse a megérintett felületeket, kiváltképp a csengőt, kilincset, fogantyúkat, kapcsolókat, asztalt, munkalapokat, éjjeli szekrényt, telefont, kulcsot, billentyűzetet, WC-t, csapokat, mosogatót.
- koszos felületeket lehetőség szerint a fertőtlenítés előtt először szappanos vízzel meg kell tisztítani

❖ <u>Kerülje a személyes eszközök másokkal való közös használatát:</u>

- ne ossza meg másokkal vagy állataival az edényeket, poharakat, tányérokat, evőeszközöket, törülközőt vagy ágyneműt
- használat után ezen tárgyakat mossa/mosogassa el alaposan

Meddig tart az izoláció?

- maradjon otthon egészen addig, amíg a másodlagos, másoknak való átjutás kockázata alacsony nem lesz, ez tünetmentes esetekben a lehetséges fertőzéstől számított 14. nap
- 14 nap után beszéljen az egészségügyi szolgáltatójával: az otthoni elszigeteltséggel kapcsolatos óvintézkedések megszüntetéséről eseti alapon kell döntést hozni

Központi tájékoztató zöldszám:

06 80 277 455

06 80 277 456