



REKOMENDACIJOS

REKOMENDACIJOS NAMUOSE IZOLIUOTO ASMENS, TURĖJUSIO SĄLYTĮ SU SERGANČIUOJU COVID-19 LIGA (KORONAVIRUSO INFEKCIJA) AR GRĮŽUSIO IŠ UŽSIENIO VALSTYBĖS, ŠEIMOS NARIAMS

2020-03-19

Sveikatos apsaugos ministerija, vadovaudamasi tarptautinių institucijų ir kitų šalių rekomendacijomis ir siekdama išvengti COVID-19 ligos (koronaviruso infekcijos) plitimo, teikia rekomendacijas namuose izoliuotų asmenų, turėjusių sąlytį su sergančiuoju COVID-19 liga (koronaviruso infekcijos) ar grįžusių iš užsienio valstybės, kartu gyvenantiems šeimos nariams, kuriems izoliavimas namuose nėra privalomas:

- namuose izoliuotų asmenų, turėjusių sąlytį su sergančiuoju COVID-19 liga ar grįžusių iš užsienio valstybės, šeimos nariams, gyvenantiems kartu, netaikomi jokie apribojimai, šie asmenys gali gyventi įprastą gyvenimą;
- jeigu izoliuotam asmeniui nepasireiškia COVID-19 ligos (koronaviruso infekcijos) požymiai, kartu gyvenantiems šeimos nariams asmeninės apsaugos priemonės (medicininės kaukės) nerekomenduojamos;
- šeimos nariams rekomenduojama būti atskirame, gerai vėdinamame kambaryje, jei tai neįmanoma, palaikyti bent 2 m atstumą nuo sąlytį turėjusio asmens (pvz., miegoti atskiroje lovoje);
- kuo dažiau plauti rankas su muilu ir vandeniu. Nesant galimybės rankų nusiplauti, gali būti naudojamos alkoholinės rankų dezinfekavimo priemonės (rankų alkoholiniai antiseptikai). Rankas būtina plauti parėjus namo ir išeinant, prieš maisto ruošą ir po jos, prieš valgant, pasinaudojus tualetu ir kai rankos yra akivaizdžiai nešvarios;
- laikytis kosėjimo-čiaudėjimo etiketo – užsidengti burną ir nosį servetėle, kai kosėjate ar čiaudite, ir išmeskite panaudotą servetėlę į šiukšliadėžę. Jei servetėlės neturite, tai kosėdami ar čiaudėdami uždenkite burną alkūne, o ne delnu;
- ne mažiau, kaip 2–3 kartus per dieną vėdinti patalpas, ypač bendras erdves, pvz., virtuvę (10 min. plačiai atverkite langus arba keletą minučių padarykite patalpose skersvėjų);
- kasdien valyti dažnai naudojamus paviršius gyvenamojoje vietoje, pvz., durų rankenas, stalų paviršius, čiaupo rankenėles, pultelius, šaldytuvo rankenas ir kt. Valyti įprastu muilu ar įprastiniais valikliais;
- valyti vonios kambario ir tualetu paviršius mažiausiai kartą per dieną. Valyti įprastu muilu ar įprastiniais valikliais;
- naudoti atskirą patalynę, valgymo įrankius ir kt.
- indus plauti karštu vandeniu ir įprastiniais plovikliais arba naudoti indaplovę;
- patalynę, rankšluosčius, rūbus skalbti su įprastinėmis skalbimo priemonėmis 60–90°C temperatūroje ir atskirai nuo izoliuoto asmens skalbinių.

Jei izoliuotam asmeniui **pasireiškia COVID-19 ligai (koronaviruso infekcijai) būdingi simptomai** (staigiai prasidėjęs bent vienas iš šių simptomų: karščiavimas, kosulys, apsunkintas kvėpavimas):

- jam rekomenduojama užsidėti medicininę kaukę, būti savo kambaryje ir skambinama į Koronos karštąją liniją telefono numeriu 1808;
- jei izoliuotam asmeniui **būtų patvirtinta COVID-19 liga (koronaviruso infekcija)**, su šeimos nariais susisieks Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos specialistai ir pateiks rekomendacijas dėl izoliavimosi režimo ir sveikatos stebėjimo.