

Atnaujintos koronaviruso rekomendacijos

2020-02-25

Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerija atsižvelgdama į nuolat besikeičiančią naujojo koronaviruso COVID-19 epidemiologinę situaciją bei tarptautinių organizacijų gaires, teikia atnaujintą informaciją:

skambinkite 112, jeigu:

- jaučiate ūmius kvėpavimo takų infekcijos požymius (karščiavimas **ir dar bent vienas** iš simptomų: kosulys, gerklės skausmas, ap sunkintas kvėpavimas) **IR**
- **14 dienų laikotarpyje** iki simptomų pradžios keliavote teritorijoje - Kinijoje (visos provincijos), Šiaurės Italijos regione (Lombardijos, Veneto, Pjemonto ir Emilijos-Romanijos regionuose) **ARBA**
- bendravote (artimas sąlytis) su žmogumi, kuriam buvo patvirtinta arba įtarta koronaviruso infekcija **ARBA**
- dirbote aplinkoje, kurioje buvo gydomi koronavirusu užsikrėtę asmenys.

kreipkitės į savo šeimos gydytoją, jeigu:

- Jums pasireiškė peršalimo simptomai (pakilo temperatūra, kosite, čiaudite, skauda gerklę) **IR**
- Jūs **nesilankėte** Kinijoje (visos provincijos), Šiaurės Italijos regione (Lombardijos, Veneto, Pjemonto ir Emilijos-Romanijos regionuose) **IR**
- **neturėjote** sąlyčio su iš Kinijos/ Šiaurės Italijos grįžusiais/ atvykusiais asmenimis.

priemonės dėl ugdymo proceso ir darbo organizavimo:

- asmenys, kurie neseniai grįžo iš Kinijos ar Šiaurės Italijos (Lombardijos, Veneto, Pjemonto ir Emilijos-Romanijos regionų), 14 dienų nuo paskutinės buvimo minėtose šalyse dienos turėtų likti namuose ir stebėti savo sveikatą;
- pajutus į gripą panašius simptomus tokie asmenys nedelsiant turi skambinti bendruoju pagalbos tarnybų telefonu 112;
- šiuo 14 dienų saviizoliacijos laikotarpiu turi būti organizuojamas nuotolinis ugdymo procesas mokiniams, o darbuotojams suteikiama galimybė dirbti namuose nuotoliniu būdu. Nepavykus to padaryti, asmenys gali kreiptis į Nacionalinį visuomenės sveikatos centrą prie Sveikatos apsaugos ministerijos, kuris organizuos nedarbingumo išdavimą;
- šiuose regionuose keliavę asmenys turi užpildyti anketą ir sekti rekomendacijas: <http://nvsc.lrv.lt/covid-19>
- saviizoliacijos rekomendacijos: [http://nvsc.lrv.lt/uploads/nvsc/documents/files/rekomendacijos%20izoliavimosi%20laikotarpiui_2\(1\).pdf](http://nvsc.lrv.lt/uploads/nvsc/documents/files/rekomendacijos%20izoliavimosi%20laikotarpiui_2(1).pdf)

prevencinės priemonės:

- kruopšti rankų higiena (dažnai plauti rankas su muilu ir vandeniu mažiausiai 20 sekundžių, naudoti rankų dezinfekavimo priemones);
- neliesti rankomis veido srities - nosies, akių, burnos;
- dažnai vėdinti patalpas (plačiai atverkite langus bent trumpam, o ilgesniam laikui palikite mikro vėdinimą);
- laikytis čiaudėjimo ir kosėjimo etiketo (kosėti ir čiaudėti į alkūnės linkį arba prisidengti vienkartinę servetėlę, kurią panaudojus vieną kartą reikia išmesti);
- vengti masinio susibūrimo vietų ir kontakto su sergančiais asmenimis;
- naudoti saugų ir švarų vandenį bei gerai termiškai apdorotą maistą.

Visuomenės sveikatos specialistai primena, kad medicininės kaukės dėvėjimas neapsaugo nuo užsikrėtimo. Pasak Pasaulio Sveikatos Organizacijos (PSO), dėvėti medicininę kaukę reikia, jei kosėjate ar čiaudėjate, karščiujate, sunkiai kvėpuojate tam, kad apsaugotumėte sveikus šalia esančius asmenis. Jei šių simptomų neturite, dėvėti medicininės kaukės **neriekia**.

Informacijai parengti naudoti duomenys: www.sam.lrv.lt ; www.nvsc.lrv.lt ; www.ulac.lt ;