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, apsunkintas 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 koronoviruso infekcija **ARBA**
* dirbote aplinkoje, kurioje buvo gydomi koronovirusu 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>

***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 vienkartine servetėle, 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, karščiuojate, sunkiai kvėpuojate tam, kad apsaugotumėte sveikus šalia esančius asmenis. Jei šių simptomų neturite, dėvėti medicininės kaukės **nereikia**.

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