

Pólska

COVID-19 - Hvað þýðir og hvað þarf að gera:

Úrvinnslusóttkví: Meðan verið er að vinna úr smitakningu eru hópar nemenda og/eða starfsmanna sett í úrvinnslusóttkví. Í smitakningu er verið að skoða hverjir hafa mögulega smitast af einhverjum sem er með Covid-19. Í úrvinnslusóttkví gilda sömu reglur og á við um sóttkví. Úrvinnslusóttkví gildir í innan við 48 klukkustundir.

Sóttkví: Þegar smitakningu er lokið er tekin ákvörðun um að setja þá í sóttkví sem mögulega hafa smitast af Covid-19. Fólk er í sóttkví í 14 daga en hægt er að stytta sóttkví eftir 7 daga með sýnatöku. Ef niðurstaða sýnatöku sýnir að einstaklingur hefur ekki smitast er sóttkví hætt. Á þeim tíma sem einstaklingur er í sóttkví má hann ekki vera nálægt öðrum, snerta aðra og ekki snerta sömu hluti og aðrir nema sótthreinsa hlutina t.d. salerni. Sá sem er í sóttkví ætti því helst ekki að vera á sama heimili og aðrir sem eru ekki í sóttkví. Einstaklingur í sóttkví:

- Má **ekki** fara í vinnu eða í skóla
- Má **ekki** fara í búðir eða aðra almenningsstaði
- Má **ekki** hitta annað fólk
- Má **ekki** fara á veitingastaði, heilsuræktarstöðvar, sundlaugar, leikhús, kvikmyndahús, félagsmiðstöð, verslanir o.s.frv.
- Má **ekki** dvelja í sameiginlegum rýmum fjölbýlishúsa s.s stigagöngum, þvottahúsum og eða sameiginlegum görðum/útivistarsvæðum
- Má **ekki** taka á móti gestum á sitt heimili á meðan sóttkví stendur
- Má fara út á svalir eða út í garð
- Má fara í gönguferðir þar sem eru ekki fjölsóttir og halda sig í 2 metra fjarlægð frá öðrum vegfarendum.

Einangrun í heimahúsi: Einstaklingur sem er með Covid-19 sýkingu, hvort sem hann er einkennalaus eða veikur á að vera í einangrun. Heilbrigðisstarfsmaður veitir viðkomandi upplýsingar um smitleiðir og einkenni Covid-19 sýkingar. Einstaklingur í einangrun á að halda sig heima við og má ekki vera í nálægð við aðra, snerta þá eða koma við sömu hluti og þeir. Einstaklingur í einangrun má ekki fara út af heimilinu nema til að sækja heilbrigðisþjónustu í samráði við heilsugæsluna/sími 1700 eða 112. Þannig er mun strangri reglur í einangrun en sóttkví. Læknir má aflétta einangrun vegna Covid19 þegar BÆÐI eftirfarandi skilyrði eru uppfyllt:

- 14 dagar eru liðnir frá greiningu
OG
- sjúklingur hefur verið einkennalaus í a.m.k. 7 daga.

Hægt er að hafa samband við Hjálparsíma Rauða krossins 1717

Frekari upplýsingar á www.covid.is

Covid19

Co to oznacza i co należy zrobić:

Úrvinnslusóttkví: Podczas przetwarzania informacji dotyczących ogniska zakażenia, grupy uczniów i / lub pracowników poddawane są kwarantannie tzw. úrvinnslusóttkví. W tym czasie zostanie sprawdzone, kto mógł zostać zarażony przez osobę z Covid-19. W przypadku úrvinnslusóttkví, obowiązują te same zasady, co w przypadku właściwej kwarantanny. Kwarantanna ta obowiązuje przez okres do 48 godzin.

Sóttkví - Kwarantanna: po zakończeniu analizy ogniska zakażenia, podejmowana jest decyzja na temat zastosowania kwarantanny w stosunku do osób, które mogły zostać zakażone Covid-19. Osoby te poddawane są kwarantannie przez 14 dni. Czas ten może ulec skróceniu do 7 dni w przypadku osób, które poddadzą się testowi. Jeżeli wynik testu będzie negatywny, kwarantanna zostaje wstrzymana. W czasie trwania kwarantanny nie wolno kontaktować się z osobami ani dotykać tych samych przedmiotów co inni, z wyjątkiem rzeczy poddawanych regularnej dezynfekcji np. toalet. Z tego powodu osoba poddana kwarantannie nie powinna przebywać w tym samym domu co inne osoby, które nie podlegają kwarantannie. Osoba na kwarantannie:

- **Nie może** iść do pracy czy szkoły
- **Nie może** pójść do sklepu czy innych miejsc publicznych
- **Nie może** spotykać innych ludzi
- **Nie może** pójść do restauracji, na siłownię, baseny, do teatrów, kin, centrów kultury czy galerii handlowych
- **Nie może** przebywać w strefach wspólnych budynków mieszkalnych, takich jak klatki schodowe, pralnie, ogrody, wspólne tarasy itd.
- **Nie może** przyjmować gości w czasie obowiązywania kwarantanny
- Może wychodzić na swój balkon czy do ogrodu
- może chodzić na spacer, w miejsca niezatłoczone i z zachowaniem 2 metrów odległości od innych użytkowników drogi.

Izolacja w domu: osoba zakażona Covid-19, bez względu na to czy choruje czy przechodzi chorobę bezobjawowo, musi być izolowana. Pracownik służby zdrowia dostarczy odpowiednich informacji na temat objawów zakażenia oraz dróg przenoszenia Covid-19. Osoba w izolacji powinna pozostać w domu z dala od innych, nikogo nie dotykać ani nie ruszać tych samych przedmiotów, co oni. Osoba w izolacji nie może wychodzić z domu, chyba że w celu uzyskania pomocy medycznej, po konsultacji z przychodnią lub po rozmowie z dyspozytorem linii 1700 lub 112. W momencie uzyskania pozytywnego wyniku testu, nosiciel wirusa Covid-19 jest zobowiązany do przestrzegania izolacji oraz znacznie surowszych restrykcji niż podczas kwarantanny. Lekarz może anulować pozostawanie w izolacji osoby z Covid-19, gdy spełnione są OBA poniższe warunki:

- od postawienia diagnozy upłynęło 14 dni
ORAZ
- gdy u pacjenta nie występują objawy przez co najmniej 7 dni.

W razie pytań można skontaktować się z Infolinią Czerwonego Krzyża pod numerem 1717 oraz zasięgnąć informacji na stronie www.covid.is.