

Kontaktpersonu mājas karantīna

Pareiza Covid-19 pacientu un kontaktpersonu rīcība ir izšķiroši svarīga, lai nepieļautu infekcijas turpmāku izplatīšanos un samazinātu tuvinieku, kolektīvu locekļu un citu cilvēku inficēšanās risku. Tāpēc SPKC aicina ikvienu personu, kurai noteikts Covid-19 pacienta kontaktpersonas statuss, stingri ievērot Ministru kabineta 2021. gada 28. septembra noteikumus Nr. 662 "Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai" noteiktās mājas karantīnas režīma prasības (noteikumu 191. - 194. punkti)

Kontaktpersona – cilvēks, kurš ir bijis tiešā vai netiešā kontaktā ar infekciozu personu vai uzturējies epidēmijas perēklī un kuram ir bijusi iespēja inficēties. Covid-19 gadījumā tā ir persona, kurai bijis augsta inficēšanās riska kontakts ar personu, kurai konstatēta SARS-CoV-2 vīrusa (Covid-19 izraisītāja) klātbūtne, ieskaitot personas ar pozitīvu antigēna noteikšanas testa, t. sk. paštesta rezultātu.

Kontaktpersonas statuss tiek noteikts personai, kurai ir bijis viens vai vairāki no šādiem augsta inficēšanās riska kontaktiem ar personu, par kuru ir pamatotas aizdomas, ka tā ir inficēta ar SARS-CoV-2 vīrusu, ieskaitot personas ar pozitīvu antigēna testa, t.sk. paštesta rezultātu:

- tiešs kontakts līdz divu metru attālumam ilgāk par 15 minūtēm 24 stundu laikā (t. sk. atkārtoti kontakti, kas kopā (summāri) ilgst vairāk par 15 minūtēm);
- fizisks kontakts ar personas izdalījumiem (piemēram, personai klepojot);
- atrašanās slēgtā vidē (piemēram, mājāsaimniecībā, klasē, sanāksmju zāle, slimnīcas uzgaidāmā telpā, kabinetā u.tml.) vai braukšana kopā ilgāk par 15 minūtēm vienā transportlīdzeklī.

Kontaktpersonas nosaka epidemiologs, ģimenes ārsts, darba kolektīva, izglītības iestādes vai cita kolektīva atbildīgā persona.

Kontaktpersonas pienākumi:

Persona pēc pēdējā kontakta ar Covid-19 inficētu personu vai personu, par kuru ir pamatotas aizdomas, ka tā ir inficēta ar SARS-CoV-2 vīrusu, ieskaitot personas ar pozitīvu antigēna testa rezultātu, 7 dienu laikā pēc pēdējā kontakta ar inficēto cilvēku ievēro šādas epidemioloģiskās drošības prasības*:

- ja persona ir nodarbināta darbos, kas var radīt pakalpojuma saņēmējam paaugstinātu risku veselībai saistībā ar Covid-19 (tai skaitā ārstniecības iestādē, ilgstošas sociālās aprūpes iestādē utml.) un kontaktēšanās ar inficēto personu notikusi nelietojot atbilstošus individuālās aizsardzības līdzekļus, ievēro vienu no minētajiem nosacījumiem:
 - veic RNS vai antigēna testēšanu, tai skaitā izmantojot paštestus, katru reizi pirms darba pienākumu veikšanas;
 - neveic darba pienākumus klātienē un gadījumos, ja nav iespējams veikt darba pienākumus attālināti, var saņemt darba nespējas lapu;

- lieto ne zemākas klases kā FFP2 respiratorus, sabiedriskās vietās, tai skaitā veicot darba pienākumus, esot telpā, kur atrodas vairāk par vienu cilvēku (izņemot izglītības nozari);
- novēro savu veselības stāvokli un Covid-19 pazīmju gadījumā sazinās ar ārstniecības personu

* ! Neattiecas uz personām, kurām pēc SARS-CoV-2 inficēšanās apstiprināšanas pagājušas ne mazāk kā 60 dienas (noteikumu 194.punkts) !

Izglītojamiem:

Pilngadīgais izglītojamais vai nepilngadīgā izglītojamā likumiskais pārstāvis informē izglītības iestādi par izglītojamā inficēšanos ar Covid-19 un atrašanos izolācijā vai par izglītojamā atrašanos mājas karantīnā.

Mājas karantīna izglītojamiem un izglītības iestādēs nodarbinātajiem netiek noteikta.

Testēšana var tikt veikta, ja pamata un vidējās izglītības pakāpē, tai skaitā interešu izglītības un profesionālās ievirzes izglītības programmās izglītojamajiem un nodarbinātajiem, kā arī pirmsskolas izglītības pakāpē nodarbinātajiem, ir bijis kontakts ar Covid-19 inficētu personu mājsaimniecībā, tad minētās personas piedalās izglītības procesā klātienē, septiņu dienu laikā pēc pēdējā kontakta ar inficētu personu veicot divus paštestus un novērojot savu veselības stāvokli.

Paštesti var tikt veikti, ja izglītojamajiem un izglītības iestādēs nodarbinātajiem parādās Covid-19 saslimstības simptomi.

!!! Mājas karantīnas laika izbeigšanai ārsta izziņa nav obligāta.

!!! Īpaši mājās karantīnas režīma nosacījumi vienādi attiecas uz izglītojamajiem, kuriem ir un kuriem nav vakcinācijas vai pārslimošanas sertifikāta.

!!! Persona 60 dienas pēc inficēšanās ar Covid-19, kas apstiprināta ar RNS testu vai noteikta ar profesionālo antigēna testu (neattiecas uz paštestiem), var neveikt obligāto rutīnas skrīninga testu, ja tai nav slimības pazīmju un testa nepieciešamību nav noteikusi ārstniecības persona vai epidemiologs atbilstoši medicīniskajām vai epidemioloģiskajām indikācijām.

Ieteikumi kontaktpersonai mājas karantīnas (medicīniskās novērošanas) laikā:

Visā medicīniskās novērošanas laikā kontaktpersonai jāsadarbojas un jābūt pieejamai saziņai (sazvanāmai) ar ģimenes ārstu.

Sekot savam veselības stāvoklim, mērīt ķermeņa temperatūru 2 reizes dienā – no rīta un vakarā, un sekot vai neparādās tādas elpceļu infekcijas slimības pazīmes kā paaugstināta ķermeņa temperatūra, klepus, rīkles iekaisums, apgrūtināta elpošana u. c.

Censties ievērot vismaz divu metru distanci no citiem cilvēkiem sabiedriskajās vietās, tai skaitā veicot darba pienākumus telpā, kur atrodas vairāk par vienu cilvēku (izņemot izglītības nozari), lieto respiratorus, ne zemākas klases par FFP2.

Saslimšanas gadījumā ar ārstniecības iestādēm sazināties telefoniski un, ārstēties mājās, ja veselības stāvoklis to pieļauj.

Klepojot un šķaudot, nosegt muti un degunu ar vienreizlietojamo salveti, kuru pēc lietošanas izmest atkritumu tvertnē, un pēc tam nomazgāt rokas; ja nav vienreiz lietojamās salvetes vai kabatlakatiņa, klepot vai šķaudīt iekšējā elkoņa locītavas virsmā (piedurknē), bet nedarīt to plaukstā.

Bieži un rūpīgi (vismaz 20-40 sekundes) mazgāt rokas ar ūdeni un ziepēm, t. sk. pēc klepošanas, šķaudīšanas vai deguna izšņaukšanas, pirms ēšanas, pēc tualetes apmeklējuma u.tml. vai lietot spirtu saturošu roku dezinfekcijas līdzekli. Detalizētu informāciju par roku mazgāšanu skatīt šeit.

Lietot individuālos higiēnas priekšmetus un traukus.

Visiem ģimenes locekļiem vai personām, kuras atrodas tuvā kontaktā, bieži un rūpīgi jāmazgā rokas, jāievēro elpošanas higiēna.

Maksimāli samazināt kontaktus ar citiem cilvēkiem, īpaši tiem, kuriem Covid-19 infekcija var radīt smagas komplikācijas – gados veciem cilvēkiem un cilvēkiem ar hroniskām plaušu, sirds asinsvadu saslimšanām, cukura diabētu, onkoloģiskām saslimšanām un hronisko infekciju pacientiem.

Veikt telpu un virsmu mitro uzkopšanu un dezinfekciju, izmantojot sadzīvē lietojamus dezinfekcijas līdzekļus.

Regulāri vedināt telpas.

Vislielākais inficēšanās risks ar Covid-19 ir, ja inficētai personai parādās elpceļu simptomi – klepus, iesnas un citi. SARS-Cov-2 vīruss spēj izdzīvot ārējā vidē uz priekšmetu virsmām no dažām stundām līdz dažām dienām.

Atcerieties, ka Covid-19 infekcijas gadījumā cilvēks paliek infekciozs un var inficēt citus jau divas dienas pirms simptomu parādīšanās!

<https://www.spkc.gov.lv/lv/majas-karantina-kontaktpersonam>