

# Rekomendācijas personām, kuras ir inficētas ar SARS-CoV-2 vīrusu

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 diagnosticēta Covid-19 infekcija stingri ievērot Ministru kabineta 2021. gada 28. septembra noteikumus Nr. 662 “Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai” noteiktās izolācijas vai mājas karantīnas režīma prasības.

**Izolācija** – obligāta inficētas personas nošķiršana no veselām personām dzīvesvietā, uzturēšanās vietā vai ārstniecības iestādē ārstniecības personas uzraudzībā ārstēšanai, nodrošinot atbilstošus apstākļus, lai nepieļautu veselu personu inficēšanos. Covid-19 infekcijas gadījumā izolācijas režīms paredz stingru šādu prasību ievērošanu:

- nepamet ārstniecības iestādi, uzturēšanās vietu vai dzīvesvietu un būt pieejamam saziņai un sadarbībai ar ģimenes ārstu un citām ārstniecības personām, izņemot gadījumu, ja personai nepieciešama medicīniskā palīdzība saskaņā ar ārsta norīkojumu. Šādā gadījumā persona lieto medicīnisko sejas masku un ievēro citus ārsta norādījumus attiecībā uz piesardzības pasākumiem Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai;
- nepakļaut inficēšanās riskam citas personas, neveidot tiešus kontaktus ar citiem cilvēkiem (neuzņem viesus, nedodas privātās vizītēs, uz darbu, sabiedriskām un publiskām vietām un telpām);
- ievērot SPKC epidemiologa un ārsta norādījumus.

Par izolācijas laiku personai, ja nepieciešams, tiek izsniegta darbnespējas lapa.

**SPKC aicina ikvienu Covid-19 pacientu nekavējoties brīdināt par savu inficēšanos darba devēju, mācības iestādes administrāciju vai citu kolektīvu vadītājus, kā arī informēt visas citas *augsta inficēšanās riska tuvās kontaktpersonas*.** Šādi Jūs palīdzēsiet būtiski ierobežot infekcijas izplatīšanos, jo kontaktpersonu pienākums ir stingri ievērot mājas karantīnu.

Kontaktpersonu lokā visticamāk nonāk Jūsu ģimenes locekļi vai kopā ar Jums dzīvojošie cilvēki. Brīdiniet viņus par nepieciešamību ievērot mājas karantīnu. Ievērojot to, ka kontaktpersonas nosaka arī ģimenes ārsts, aicinām informēt savu ģimenes ārstu vai Jūsu ģimenes locekļa ģimenes ārstu par nepieciešamību noteikt kontaktpersonas statusu un veikt medicīnisko novērošanu vai testēšanu pēc nepieciešamības.

Persona, kura ir Latvijas Republikas valstspiederīgais vai Eiropas Savienības pastāvīgais iedzīvotājs ar uzturēšanās atļauju Latvijā un kurai Covid-19 testa rezultāts ir pozitīvs, un kura ieceļo ar transportlīdzekli, kas neveic komercpārvaldījumu, nekavējoties dodas izolācijā savā dzīvesvietā, uzturēšanās vietā vai tūrisma mītnē un ievēro izolācijas prasības.

Covid-19 inficēta persona var atstāt uzturēšanās vietu, lai dotos uz savu mītnes zemi, par to attiecīgi informējot ārstējošo ārstu vai SPKC, ja persona ievēro šādus nosacījumus:

- lieto medicīnisko sejas masku;
- izmanto personīgo vai specializēto transportlīdzekli;
- neveido tiešus kontaktus ar citiem cilvēkiem;
- neapmeklē sabiedriskas vietas, kur uzturas daudz cilvēku;
- neizmanto sabiedrisko transportu.

Lūdzam ievērot, ka minētās prasības nosaka Ministru kabineta noteikumi Nr. 662 “Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai” un līdz ar to tās ir obligātas.

### **SPKC ieteikumi Covid-19 pacientiem ja ārstējaties mājās**

- jāatrodas stingrā izolācijā. Šajā laikā nedrīkst pamest dzīvesvietu un jābūt pieejamam saziņai un sadarbībai ar ģimenes ārstu un citām ārstniecības personām. Jāievēro ģimenes ārsta vai citu ārstniecības personu norādījumi. Izolāciju drīkst pārtraukt tikai ar ārstējošā ārsta atļauju;
- nepakļauj citas personas inficēšanās riskam, neveido tiešus kontaktus ar citiem cilvēkiem (neuzņem viesus, nedoties privātās vizītēs u. c.);
- pirmās nepieciešamības preču vai pārtikas iegādei jāizmanto kāda no šādām iespējām:
  - piegāde mājās, izvairoties no kontakta ar piegādātāju;
  - pārtikas vai preču piegāde, ko nodrošina tuvinieki, atstājot iepirkumus pie durvīm;
  - lūgt pašvaldības sociālā dienesta palīdzību, izvairoties no tieša kontakta ar sociālo darbinieku;
- pieprasot un saņemot pakalpojumu, informē pakalpojuma sniedzēju par inficēšanos ar Covid-19, kā arī pirms jebkura tieša fiziska kontakta ar citu personu informē par inficēšanās risku.

**Ja Jums ir diagnosticēta Covid-19 infekcija, Jums nepieciešams telefoniski sazināties ar ģimenes ārstu, kurš sniegs norādījumus turpmākajai ārstēšanai. Saziņā ar ģimenes ārstu, jāsniedz pēc iespējas precīzāka informācija par savu veselības stāvokli un jāpilda ārsta norādījumi. Vieglu simptomu gadījumā ārstēšanās notiek mājās apstākļos. Ja slimības simptomi ir smagi, tad pacients ārstējas stacionāri.**

Veselības stāvokļa pēkšņa pasliktināšanās gadījumā, nekavējoties jāzvana Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestam pa tālruni 113, informējot, ka esat inficēts ar Covid-19;

**SPKC lūdz Jūs būt atbildīgajiem pret savu un citu personu veselību un stingri ievērot minētās prasības un ieteikumus.**

Avots: <https://www.spkc.gov.lv/lv/pacientiem>