



## COVID-19

### Ați avut contact cu o persoană infectată – ce e de făcut?

Pandemia de coronavirus provoacă îngrijorare în întreaga lume. Deși infecția cu coronavirusul SARS-CoV-2, cunoscut și sub numele de COVID-19, este în multe cazuri ușoară, asemănătoare unei răceli cu tuse, febră, cefalee și dureri la nivelul membrilor sau rinită, nu de puține ori apar tulburări ale simțului mirosului sau al gustului. Uneori însă lipsește orice simptom („evoluție asimptomatică”). Însă foarte des se poate ajunge și la evoluții grave. În special persoanele cu antecedente medicale grave, care nu sunt vaccinate, prezintă un risc mai ridicat. Pentru a preveni contagiunea și a întrerupe lanțurile de infectare, conduita dvs. responsabilă reprezintă o contribuție decisivă.

#### Când există riscul de infectare cu coronavirusul SARS-CoV-2?

Riscul de infectare există dacă ați avut contact strâns cu o persoană infectată, în special

- deja în interval de 2 zile înainte de apariția simptomelor persoanei infectate,
- de-a lungul întregii perioade în care persoana infectată prezintă semne de boală,
- și în interval de 2 zile înainte de testarea pozitivă a persoanei infectate, dacă aceasta nu prezintă semne de boală.

„Contact apropiat” este, de exemplu, atunci când distanța dintre persoane a fost mai mică de 1,5 metri timp de mai mult de 10 minute și nici persoana infectată, nici persoanele de contact nu au purtat în mod constant și corect o mască medicală sau o mască FFP2. O conversație purtată între o persoană infectată și o persoană de contact este întotdeauna considerată „contact apropiat”, indiferent de cât durează, cu excepția cazului în care ambele persoane au purtat o mască în mod corespunzător.

#### Informații suplimentare despre COVID-19:

**Linia de asistență pentru Coronavirus a Guvernului federal 089 / 122 220**

**www.bayern.de:** „Coronavirusul pe scurt”

**www.stmgp.bayern.de/coronavirus**, pagina de informații a Ministerului de Stat al Sănătății și Îngrijirii

**https://s.bayern.de/kontaktperson**

#### Voi fi contactat de către Direcția de Sănătate Publică?

Obligația generală de carantinare pentru persoanele de contact apropiat a fost abrogată. Însă în anumite cazuri individuale autoritatea administrativă districtuală competentă poate pronunța în continuare decizii de carantinare.

Pentru toți cei care au fost expuși riscului de infectare prin contact cu o persoană infectată: este necesară responsabilitatea personală!

#### Aționați responsabil! Recomandări de conduită

Orice persoană care a avut contact cu o persoană infectată într-o perioadă în care a existat un risc de infectare trebuie ca timp de 5 zile să respecte următoarele:

- ▶ **limitați contactul cu alte persoane**, mai ales cu grupurile vulnerabile, care riscă să se îmbolnăvească grav de COVID-19. Lucrați, pe cât posibil, de acasă.
- ▶ **Formula AHA+L:** păstrarea distanței sociale, respectarea regulilor de igienă, purtarea unei măști în viața de zi cu zi (o mască FFP2 oferă cel mai înalt nivel de siguranță!) și aerisirea spațiilor.
- ▶ **Testare zilnică voluntară:** timp de 5 zile după contactul cu o persoană infectată.
- ▶ **Auto-observare:** fiți atenți la eventuale simptome specifice coronavirusului.
- ▶ **Dacă apar semne de boală:** Imediat Autoizolare, examinare medicală.

#### Recomandări pentru angajații care lucrează cu persoane vulnerabile

Pentru persoanele care lucrează într-un spital, într-un azil de bătrâni sau într-un serviciu de îngrijire în ambulatoriu și, prin urmare, au multe contacte cu persoane care prezintă un risc deosebit de mare de apariție a unei forme severe de COVID-19, pe lângă regulile generale de conduită, se recomandă testarea zilnică folosind un test antigen sau un test al acidului nucleic înainte de a începe lucrul până inclusiv în ziua a cincea după contactul cu persoana infectată. Acest lucru va împiedica persoanele de contact să transmită o posibilă infecție în grupurile vulnerabile.