



COVID-19

Контакт із інфікованою особою — що робити?

Випадки зараження коронавірусом SARS-CoV-2 залишаються і надалі поширеними. Однак, на відміну від періоду початку пандемії, знання про можливості захисту є ґрунтовними, а вакцинація та протівірусні препарати є ефективним засобом для запобігання важкому, небезпечному для життя протіканню хвороби. Тому небезпека заразитися інфекцією для багатьох людей знизилася. Однак ті, для кого в зв'язку з віком або попередніми захворюваннями небезпека захворіти висока, і надалі потребують особливого захисту. Ключову роль у попередженні розповсюдження вірусу та розриві ланцюгів зараження відіграє ваше відповідальне ставлення.

Коли у вас є ризик заразитися коронавірусом SARS-CoV-2?

Ризик зараження існує, якщо ви були в тісному контакті з інфікованою особою

- уже за 2 дні до проявлення симптомів у інфікованого,
- протягом усього періоду, коли хворий мав симптоми захворювання,
- протягом 2 днів до здачі хворим позитивного тесту, якщо у нього відсутні симптоми захворювання.

«Тісним контактом» вважається, наприклад, перебування на відстані до 1,5 метра від хворого протягом більш ніж 10 хвилин, якщо впродовж цього часу хворий і контактна особа належним чином не користувалися медичною маскою для обличчя або маскою FFP2. Розмова між хворим та контактною особою завжди вважається «тісним контактом», незалежно від того, скільки часу вона тривала, якщо обидва під час розмови не одягнули захисну маску.

Ризик зараження залишається високим доти, доки в інфікованого не зникнуть симптоми.

Чи зв'яжеться зі мною департамент охорони здоров'я?

Загальний обов'язок карантину для осіб, до яких існує близький контакт, більше не діє, так само як і обов'язок ізоляції осіб, тест яких був позитивним. Замість них були введені обов'язкові захисні заходи для осіб з позитивним тестом: загальний масковий режим та заборона входу та праці для певних закладів, де знаходяться люди з високим ризиком тяжкого протікання хвороби або де існує високий ризик поширення інфекції. В окремих випадках відповідальний районний адміністративний орган все одно може видати розпорядження про карантин або ізоляцію. Якщо цього не відбувається, до вас, як правило, більше ніхто не звертається.

Для всіх, хто через контакт з інфікованою особою мав можливість заразитися, тепер діє правило: Проявляйте особисту відповідальність!

Будьте відповідальними! Рекомендації щодо правил поведінки

Кожен, хто контактував з інфікованою особою в період, коли існував ризик зараження, повинен протягом 5 днів дотримуватися таких правил:

- ▶ **Обмежити контакти з іншими людьми,** передусім з тими, хто входить до груп ризику і може важко переносити COVID-19. Працювати, по можливості, вдома.
- ▶ **Формула ДГМ+П (АНА+L):**
Тримайте Дистанцію, дотримуйтесь правил Гігієни, носіть Маску в повсякденному житті (найвищий рівень безпеки забезпечує маска FFP2!) та Провітрюйте приміщення.
- ▶ **Добровільне тестування:**
Після контакту з інфікованою людиною протягом 5 днів, особливо при симптомах.
- ▶ **Самоспостереження:**
Слідкуйте за симптомами, характерними для корони.
- ▶ **Якщо з'явилися симптоми:**
Зменште контакти до мінімуму та зверніться до свого сімейного лікаря, щоб з'ясувати стан.

Рекомендації для тих, хто працює з людьми із групи ризику

Кожному, хто працює в лікарні, будинку престарілих, або в амбулаторній службі догляду, тобто має багато контактів з людьми, що мають особливо високий ризик важкого перебігу COVID-19, на додаток до загальних правил рекомендується кожного робочого дня перед початком роботи, по п'ятий день включно після контакту з інфікованою особою, проходити тестування — з використанням тесту на антиген або тесту на нуклеїнову кислоту. Це допоможе попередити можливість розповсюдження інфекції в групі ризику.

Додаткова інформація про COVID-19:

Гаряча лінія з питань коронавірусу Департаменту охорони здоров'я та безпеки продуктів харчування (LGL) 09131/6808 5101

www.bayern.de: «Коронавірус — коротко про найважливіше»

www.stmgp.bayern.de/coronavirus, інформаційна сторінка Міністерства охорони здоров'я федеральної землі Баварія