

Poučenie pre osoby s pozitívnym výsledkom vyšetrenia a osoby žijúce s nimi v spoločnej domácnosti:

Musíte zostať v **DOMÁCEJ IZOLÁCII** a ostatní členovia spoločnej domácnosti v **KARANTÉNE** (aj keď boli pri aktuálne prebiehajúcom testovaní negatívni).

- **Informujte** o pozitívite **Vášho všeobecného lekára** (v prípade detí všeobecného lekára pre deti a dospelých), alebo lekára miestne príslušného VUC, ak Váš lekár nie je k dispozícii.
- **Už pri miernych klinických príznakoch** bezodkladne **telefonicky kontaktujte svojho príslušného všeobecného lekára**, dohodnite sa na ďalšom postupe a dodržujte jeho pokyny, najmä ohľadom liečby.
- **Ak máte závažné príznaky:** opakované vzostupy teploty nad 39 °C, ťažkosti s dýchaním, tlak alebo bolesť na hrudníku, **volajte záchrannú zdravotnú službu – č. 155.**
- **Informujte** o svojej pozitívite všetky osoby, s ktorými ste boli v úzkom kontakte 2 dni pred odberom výteru z nosohltanu (alebo pred začiatkom klinických príznakov, ak tieto vznikli ešte pred odberom). Všetky kontakty musia ostať v karanténe (aj v prípade negatívneho výsledku v čase práve prebiehajúceho testovania) 14 dní od kontaktu s Vami. Za úzky kontakt sa považuje osobný kontakt dlhší ako 15 minút vo vnútornom priestore.
- **Vaša domáca izolácia trvá minimálne 14 dní** od odberu na COVID-19, pokiaľ sa v posledných troch dňoch tejto doby nevyskytol ani jeden z klinických príznakov ochorenia (teplota, kašeľ, dýchavičnosť, strata čuchu, chuti...). O konečnej dĺžke karantény rozhodne Váš všeobecný lekár.
- **Karanténa osôb žijúcich s Vami v spoločnej domácnosti trvá po celú dobu Vašej izolácie.** (Odporúčame im prihlásiť sa na testovanie prostredníctvom stránky korona.gov.sk link: <https://www.old.korona.gov.sk/covid-19-patient-form.php>, najskôr 8. deň od kontaktu s Vami. Aj v prípade negatívneho výsledku však ostávajú v karanténe počas celej doby Vašej izolácie).
- Ak ste COVID-19 pozitívny, Vy ani osoby žijúce s Vami v spoločnej domácnosti a Vaše úzke kontakty **nesmiete opustiť miesto, kde ste sa rozhodli zdržiavať počas izolácie a karantény okrem:** prípadu núdze, pri potrebe základnej zdravotnej starostlivosti. **Nesmiete:** chodiť na verejné miesta, kultúrne spoločenské a športové udalosti, ani sa zúčastňovať súkromných akcií (rodinné oslavy, a pod. s výnimkou pohrebov), používať hromadnú dopravu alebo taxík, nikoho navštevovať, prijímať návštevy.
- **Vstup do domu/bytu**, kde ste v izolácii, **majú len:** osoby, ktoré tam bývajú, poskytovateľ zdravotnej starostlivosti v prípade potreby.
- Ak bývate v rodinnom dome, môžete ísť do svojej súkromnej záhrady alebo na dvor. Ak bývate v byte, môžete ísť na súkromný balkón.
- V prípade, že potrebujete kúpiť potraviny, iný tovar a lieky, **požiadajte inú osobu o pomoc** (ktorá nie je v karanténe), aby Vám doniesla nákup k Vaším vchodovým dverám.
- **Nákup si môžete objednať aj telefonicky alebo e-mailom.** V prípade núdze môžete opustiť izoláciu pri zabezpečovaní nevyhnutných životných potrieb s prekrytými hornými dýchacími cestami respirátorom FFP2 a dodržaním hygieny rúk.
- Viac informácií na stránke: www.korona.gov.sk, www.uvzsr.sk.

Poučenie pre osoby s negatívnym výsledkom vyšetrenia:

Správajte sa zodpovedne, dodržujte všetky odporúčania:

- noste rúško
 - dodržujte odstup
 - používajte dezinfekciu na ruky
 - často vetrajte priestory, kde sa zdržiavate
 - čo najviac obmedzte stretávanie sa s inými ľuďmi – aj v exteriéri
- **Váš negatívny test** neznamená, že nie ste infikovaný, **môžete už byť v inkubačnej dobe** ochorenia.
- Sledujte svoj zdravotný stav a aj pri miernych klinických príznakoch (teplota, kašeľ, strata čuchu, chuti, dýchavičnosť...) bezodkladne kontaktujte telefonicky svojho príslušného všeobecného lekára, dohodnite sa na ďalšom postupe a dodržujte jeho pokyny.
 - Ak ste boli v úzkom kontakte s pozitívne testovanou osobou (2 dni pred jej pozitívnym testovaním, alebo pred začiatkom jej klinických príznakov), musíte zostať v karanténe, aj keď výsledok Vášho vyšetrenia pri aktuálne prebiehajúcom testovaní bol negatívny.
 - Odporúčame Vám opakovane sa zúčastniť testovania najskôr 8. deň od kontaktu s pozitívnou osobou. Za úzky kontakt sa považuje osobný kontakt dlhší ako 15 min. vo vnútornom priestore.
 - Vaša karanténa trvá minimálne 14 dní od posledného kontaktu s pozitívnou osobou, a to aj v prípade, že Váš test bol na 8. deň od kontaktu s pozitívnou osobou negatívny.
 - Informujte o svojom kontakte Vášho všeobecného lekára (v prípade detí všeobecného lekára pre deti a dospelých) alebo lekára miestne príslušného VUC, ak Váš lekár nie je k dispozícii, dohodnite sa na ďalšom postupe a dodržujte jeho pokyny.
 - Riad'te sa pokynmi – Čo mám robiť, ak som bol v úzkom kontakte s Covid-19.
 - Viac informácií na stránke: www.korona.gov.sk, www.uvzsr.sk

Útmutató pozitív teszteredményű személyeknek és a velük közös háztartásban élőknek:

HÁZI ELKÜLÖNÍTÉSBEN kell maradnia, a közös háztartás további tagjai **KARANTÉN**BAN maradnak (akkor is, ha a most zajló tesztelés során negatív teszteredményük volt).

- **Tudassa házi orvosával** (gyermek esetén a gyermekorvossal) vagy ha nem érhető el, a területileg illetékes megyei orvossal a pozitív eredmény tényét.
- **Már enyhe klinikai tünetek** esetén is haladéktalanul vegye fel **telefonon a kapcsolatot házi orvosával**, beszélje meg vele a további teendőket és tartsa be az utasításait, főként a kezelést illetően.
- **Ha súlyos tünetei vannak:** a testhőmérséklet ismétlődően 39 °C fölé emelkedik, nehézlégzés, mellkasi nyomás vagy fájdalom áll fenn, **hívja a sürgősségi egészségügyi szolgálatot a 155-ös számon.**
- **Tájékoztasson pozitív eredményéről minden személyt, akikkel az orrgaratból történő mintavétel (vagy a mintavétel előtt már megjelent klinikai tünetek napja) előtti két napban szoros kapcsolatban volt.** Az összes **kontaktszemélynek karanténban kell maradnia** (akkor is, ha a most zajló tesztelés során negatív teszteredményük volt) az Önnel való kapcsolattól számított 14 napig. Szoros kapcsolatnak a beltéri, 15 percnél hosszabb ideig tartó személyes kapcsolat számít.
- **Az Ön házi elkülönítése legalább 14 napig tart** a COVID–19-es mintavételtől számítva, ha ezen időszak utolsó három napján egy klinikai tünet sem jelentkezett (láz, köhögés, légszomj, ízlelés- és szaglászvesztés). A karantén végleges hosszáról a házi orvosa dönt.
- **Az Önnel közös háztartásban élők karanténkötelezettsége az Ön elkülönítésének időtartamával megegyező ideig tart.** (Részükre ajánlott a tesztelésre való jelentkezés a korona.gov.sk weboldalon keresztül: <https://www.old.korona.gov.sk/covid-19-patient-form.php>, leghamarabb az Önnel történt kapcsolattól számított 8. napon. Negatív eredmény esetén is karanténban maradnak az Ön elkülönítésének időtartamával megegyező ideig.)
- Ha pozitív lett a COVID–19 megbetegedésre, Ön, az Önnel közös háztartásban élők és az Ön szoros kapcsolatai **sem hagyhatják el az elkülönítés vagy karantén helyét, kivéve:** vészhelyzet, alapvető egészségügyi ellátás esetén. **Tilos:** nyilvános helyre, kulturális, társasági és sporteseményekre járni, magánrendezvényeken (családi ünnepség és hasonló, kivéve a temetést) részt venni, tömegközlekedési eszközt vagy taxit igénybe venni, más látogatni, látogatókat fogadni.
- **Az elkülönítés helyszínéül szolgáló házba/lakásba csak** az ott lakó személy és szükség esetén egészségügyi ellátást nyújtó személy **léphet be.**
- Családi ház esetén ki lehet menni a saját magánkertbe és -udvarra. Lakás esetén ki lehet menni a saját magánkerélyre.
- Ha élelmiszert, más árucikkeket és gyógyszert kell vásárolnia, **kérje más személy segítségét** (olyanét, aki nincs karanténban), és hozassa el vele a bejárat ajtójáig a megvásárolt árut.
- **A bevásárlást telefonon vagy elektronikus levélben is megrendelheti.** Vészhelyzetben, ha létszükségleti cikkeket kell beszereznie, elhagyhatja a karantént FFP2-es félálarccal takart arccal és a kézhigiéné betartása mellett.
- További tudnivalók a www.korona.gov.sk, www.uvzsr.sk honlapon.

Útmutató negatív teszteredményű személyeknek:

Legyen felelősségtudó, tartson be minden ajánlást:

- viseljen arcmaszkot
- tartson távolságot másoktól
- használjon kézfertőtlenítőt
- gyakran szellőztesse a helyiséget, ahol tartózkodik
- csökkentse minimálisra a találkozásait más személyekkel – külterületen is
- **Az Ön negatív teszteredménye nem jelenti azt, hogy nem fertőződött meg, már a betegség lappangó szakaszában is lehet.**
- Figyelje egészségi állapotát és már enyhe klinikai tünetek (láz, köhögés, szaglász- és ízlelésvesztés, légszomj...) esetén is haladéktalanul vegye fel telefonon a kapcsolatot házi orvosával, beszélje meg vele a további teendőket és tartsa be az utasításait.
- Ha pozitívan tesztelt személlyel került szoros kapcsolatba (két nappal annak pozitív teszteredménye előtt vagy a klinikai tüneteinek megjelenése előtt), karanténba kell vonulnia akkor is, ha a most zajló tesztelések során az Ön teszteredménye negatív lett.
- Javasoljuk Önnek, hogy leghamarabb a pozitív személlyel történt találkozását követő 8. napon vegyen részt megismételt tesztelésen. Szoros kapcsolatnak a beltéri, 15 percnél hosszabb ideig tartó személyes kapcsolat számít.
- Az Ön karanténja legalább 14 napon át tart a pozitív személlyel történt utolsó találkozásának időpontjától számítva, s mindez abban az esetben is érvényes, ha az Ön tesztelése a pozitív személlyel való találkozást követő 8. napon negatív eredménnyel zárult.
- Tájékoztassa az Ön kontaktszemélyének kilétéről a házi orvosát (gyermek esetében annak házi gyermekorvosát) vagy ha az Ön házi orvosa nem érhető el, a területileg illetékes megyei orvost, és beszélje meg vele a további teendőit és tartsa be az utasításait.
- Tartsa magát az útmutatóhoz – Mit tegyek, ha szoros kapcsolatba kerültem a COVID–19-cel.
- További tudnivalók a www.korona.gov.sk, www.uvzsr.sk honlapon.