

Slimību profilakses un kontroles centra informācija iedzīvotājiem par COVID – 19

LAI PASARGĀTU SEVI NO IKVIENAS ELPCEĻU INFĒKCIJAS, JĀIEVĒRO ŠĀDI PASĀKUMI



Bieži mazgā rokas



Ievēro distanci un izvairies no tuva kontakta ar cilvēku, kurš slimo ar akūtu elpceļu infekciju



klepojot un šķaudot, izmanto vienreiz lietojamās salvetes un pēc tam nomazgā rokas

Ja tomēr esi sastapies ar jaunā koronavīrusa 2019-nCoV infekcijas avotu (piemēram, ceļojumā), saslimšanas simptomi var parādīties 14 dienu laikā. Šādā gadījumā:



1. - paliec mājās,
- 2.- sazinies ar ģimenes ārstu pa telefonu,
- 3.- seko ārsta rekomendācijām.

Slimību profilakses un kontroles centrs atgādina iedzīvotājiem, kā rīkoties COVID - 19 uzliesmojuma laikā.

Pazīmes, kas liecina par iespējamo inficēšanos:

1) Klīniskie kritēriji

Jebkura persona ar akūtu elpceļu infekciju neatkarīgi no smaguma pakāpes: pēkšņs slimības sākums un vismaz viens no šādiem simptomiem: paaugstināta temperatūra, klepus, rīkles iekaisums, elpas trūkums.

2) Epidemioloģiskie kritēriji

Pirms simptomu parādīšanās 14 dienu laikā pacients:

- bija ciešā kontaktā ar COVID-19 infekcijas slimnieku

VAI

- ceļoja vai uzturējās COVID-19 infekcijas skartajās teritorijās*

VAI

- strādāja vai apmeklēja veselības aprūpes iestādi, kur tika ārstēti pacienti ar COVID-19 infekciju.

Šobrīd situācija Pasaulē un Eiropā strauji mainās un ir paplašināts COVID - 19 infekcijas skarto teritoriju saraksts. SPKC kā pagaidu ieteikumu - aicina ceļotājus, kuri atgriežas Latvijā no COVID - 19 skartajām teritorijām, turpmākās 14 dienas sekot savam veselības stāvoklim, un ja parādās kādi no elpceļu infekcijas simptomiem (paaugstinātā ķermeņa temperatūra, klepus, rīkles iekaisums, apgrūtināta elpošana u. c.), nekavējoties zvanīt 113 un informēt par simptomiem un ceļojumu.

SPKC informēs, ja Eiropas Savienībā tiks noteikti citi pasākumi.

Braucot uz COVID - 19 skartajām teritorijām, stingri ievērot šādus piesardzības pasākumus:

- Bieži mazgājiet rokas, īpaši pēc kontakta ar slimiem cilvēkiem vai viņu apkārtējo vidi;
- Ievērojiet distanci vismaz 2 metri no cilvēkiem ar akūtas elpceļu infekcijas

simptomiem;

- Klepojot un šķaudot, izmantojiet vienreiz lietojamās salvetes un pēc tam nomazgājiet rokas;
- Sekojiet vietējo varas iestāžu norādījumiem.

Viens no galvenajiem ieteikumiem - ja cilvēks ir bijis skartajā teritorijā, kopš atgriešanās turpmākās 14 dienas ir ieteicams novērot savu veselības stāvokli. Tāpat ir jāsaazinās ar savu ģimenes ārstu, lai konsultētos par turpmāko rīcību.

Savukārt, ja parādās saslimšanas simptomi, nepieciešams zvanīt 113.

Speciālisti rekomendē arī izglītības iestādēm vērsties SPKC, ja rodas jautājumi par rīcību gadījumos, ja COVID - 19 skartajās teritorijās ir bijuši bērni.

Ja nepieciešamas individuālas konsultācijas par jaunā koronavīrusa izraisītu uzliesmojumu, tad darba dienās, laikā no 08:30 līdz 17:00 aicinām izmantot zemāk redzamos tālruņa numurus, lai kontaktētos ar SPKC pārstāvjiem:

- 67501590
- 67387661

Aktuālai informācijai sekot līdzi SPKC mājaslapā un sociālo mediju profilos.

**Informācijas avots: SPKC mājaslapa <https://spkc.gov.lv/lv/>*