

Covid-19, informacion dhe rregullat udhëzuese për kontaktet në familje

Mjekët e infektivitet dhe fleta e tyre, për mbrojtje nga infeksionet

Çfarë do të thotë të jesh në kontakt në familje, i një personi me covid-19?

Ti merr këtë informacion, sepse dikush me të cilin banon ose ke banuar me të, ka covid-19, prandaj mund të bëhesh objekt i infeksionit. Kjo do të thotë, se ekziston rreziku, se ti mund të sëmuresh. Për të zvogëluar rrezikun që infeksioni të përhapet tek të tjerët, je i detyruar të ndjekësh disa rregulla udhëzuese (shih më poshtë).

Çfarë është covid-19?

Covid-19 është një infeksion virusi, i cili shpesh jep simptoma të lehta, si rrufë, dhembje të fytyrës, kollë dhe ethe, por një pjesë sëmurën më seriozisht, me shqetësime në frymëmarrje dhe ai ka nevojë të mjekohet në spital. Simptoma të tjera të covid-19, mund të jenë dhembje të muskujve, dhembje të kokës, lodhje, keqësim i shqisave të nuhatjes dhe të shijuarit, si dhe shqetësim në bark me diarje.

Si infektion covid-19?

Covid-19 infektion përmes, të ashtuquajtur, infektimit nga pikat dhe nga kontakti. Kur një person, kollitet, teshtinë, flet, këndon ose thërret, krijohen pika infektuese në ajër. Atëherë, ai që qëndron afër, mund të infektohet. Kur të bien pikat në sipërfaqe ose në sende, munden lëndët infektuese të barten më tej nga aty, shpesh përmes duarve. Një person i infektuar, mund të infektoj të tjerët, qysh para fillimit të simptomave. Koha që nga infektimi, derisa të sëmuresh, (koha e inkubacionit), ndryshon në mes 2 dhe 14 ditëve, zakonisht pesë ditë.

Cilat rregulla udhëzuese vlejné, për kontaktet në familje?

Covid-19 është një sëmundje e rrezikut të përgjithshëm dhe sëmundje e rrezikshme për shoqërinë, sipas ligjit mbi mbrojtjen nga infeksioni. Si kontakt në familje me një person me covid-19, llogaritësh ti si një rast i dyshuar dhe ti mund të jesh infektues. Për ta penguar që ti mos t'i infektosh të tjerët, ti duhet të ndjekësh rregullat udhëzuese, gjatë asaj kohe që je njoftuar. Rregullat udhëzuese do të thotë:

- ti nuk duhet të shkosh në punë, në shkollë ose në parashkollë. Puna nga shtëpia dhe mësimi në distancë, mund të bëhet. Nëse ti nuk ke mundësi të punosh nga shtëpia, ti mund të kërkosh, paratë e bartësit të infeksionit, nga Arka e sigurimit. Ti, as nuk duhet të marrësh pjesë në aktivitetet të kohës së lirë, ku ti ke kontakt me të tjerët, p.sh. ushtrime sportive.
- ti duhet të ndjekësh rutinat e veçanta të higjienës: Ti duhet të jesh i kujdesshëm me higjienën tënde personale (laj duart), kollitu dhe teshtij në lakun e krahut ose në shami hundësh dhe jo në drejtim të njerëzve të tjerë
- ti duhet të tregosh se ti ke kontakt në familje me një person me covid-19, nëse ti ke kontakt me personelin e kujdesit shëndetësor dhe mjekësor.

Prindërit/kujdestarët, përgjigjen që fëmijët në familje, të ndjekin rregullat udhëzuese.

Në rast kontakti me mjekësinë, përgjigjet prindi që t'i informoj, se fëmijët kanë kontakt me familjen, ku një person ka covid-19.

Çfarë duhet të bëj, për të mbrojtur të tjerët, nga infeksioni?

Sipas ligjit për mbrojtje nga infeksionet, duhet, ai që ka ose mund të dyshohet që ka një sëmundje infektuese, të bëjë atë që kërkohet, për t'i mbrojtur të tjerët nga infeksioni

(e ashtuquajtur detyrimi i mbrojtjes). Kjo do të thotë, që ti gjatë një periudhe, që ti ke rregulla udhëzuese, nuk do të takosh njerëz të tjerë nga ata që banojnë në familjen tënde dhe mos të udhëtosh me mjetet kolektive të komunikacionit. Ti mund të qëndrosh jashtë shtëpisë, për derisa të mbash distancën me personat e tjerë. Ti mund të bësh blerjet e nevojshme, p.sh. në shitoret ushqimore dhe në barnatore, etj. Nëse ti ke kontakt të afërt me personelin e përkujdesjes, përfshirë këtu edhe shërbimin shtëpiak, ti duhet të informosh se ti ke kontakt në familje, me një person me covid-19.

Sa gjatë vlejnjë, këto rregulla udhëzuese?

Nga koha që ti je informuar, deri sa te kalojnë 7 ditë, pasi që kontakti yt në familje me covid-19, kishte bërë analizat. Më pas, ti mund të kthehesh në punë ose në shkollë, nëse ti edhe më tutje nuk ke simptoma. Nëse ti ke bërë një analizë PCR, ndërkaq, ti duhet të presësh rezultatin e analizës.

Gjatë edhe 7 ditëve të tjera, ti duhet të vazhdosh të jesh i kujdesshëm me simptomat, të takosh sa më pak njerëz, jashtë punës dhe shkollës, që është e mundur, si dhe të heqësh dorë nga aktivitetet e kohës së lirë.

Kush nuk është i përfshirë nga rregullat e përqasjes?

Ju që keni pasur covid-19 gjatë gjashtë muajve të fundit ose ju të cilët keni marrë vaksinimin e plotë deri të paktën para dy javëve jeni të përjashtuar dhe nuk përfshihen nga rregullat e përqasjes dhe mund të vazhdoni të shkoni në punë ose në shkollë.

Ka nevojë që të testohem si një kontakt përbrenda shtëpisë pa simptome?

Ti që je në kontakt në familje, duhet të japësh analizë, duke u nisur nga direktivat rajonale, edhe nëse ti nuk ke simptoma. Nëse ke dhënë një analizë PCR, ti duhet të presësh rezultatin e analizës, para se të kthehesh në vendin tënd të punës, në shkollë ose në parashkollë.

Nëse punoni në sistemin e kujdesit të të moshuarve ose në sistemin e kujdesit personal me pacientë veçanërisht të brishtë, atëherë ju që jeni të vaksinuar plotësisht dhe ju të cilët keni pasur covid-19 gjatë gjashtë muajve të fundit jeni të përjashtuar nga obligimi që t'i ndiqni rregullat e përqasjes, ndonëse prapëseprapë duhet të testoheni sipas rregulloreve kornizë lokale.

Çfarë do të bëj, nëse unë kam simptoma të sëmundjes?

Nëse ti ke simptoma gjatë kësaj periudhe, ti duhet të japësh analizë dhe të qëndrosh në shtëpi, derisa të marrësh rezultatin e analizës, edhe pse koha e përgjithshme, të cilën ti ke nevojë të qëndrosh në shtëpi, i tejkalon 7 ditë

Si duhet të veprojmë, nëse unë kam nevojë për mjekim për covid-19, ose për ndonjë sëmundje tjetër?

Ti nuk duhet menjëherë të shkosh në një qendër shëndetësore/në urgjencën e afërt/në një spital. Kontakto fillimisht, 1177 Udhërrëfyesin e mjekësisë, përmes telefonit, për të marrë ndihmën e metutjeshme, për në vendin e duhur të mjekësisë dhe ju tregon se ke kontakt në familje, me një person me covid-19. Nëse sëmuresh dhe je në rrezik për jetën, telefono 112.

Si e bëj ankesën, ndaj rregullave të mia udhëzuese?

Nëse ke marrë rregulla udhëzuese dhe ti mendon se ato janë të gabuara, ti mund të kontaktosh, me mjekun për mbrojtje ndaj infeksioneve, në rajonin tënd.