



DOMOWA KWARANTANNA/ IZOLACJA W PRZYPADKU COVID-19

KORONAWIRUS (SARS-COV-2)

W powiecie Steinfurt występują w dalszym ciągu przypadki zakażenia nowym koronawirusem. Urzędy odpowiedzialne za zdrowie i sprawy porządkowe podejmują nieustannie szerokie działania, aby opóźnić ponowne dalsze rozprzestrzenianie się zakażeń, ponieważ tylko w ten sposób można uniknąć przeciążenia systemu ochrony zdrowia i tym samym zminimalizować skutki pandemii dla szczególnie zagrożonych grup osób.

CEL TEN MA ZOSTAĆ OSIĄGNIĘTY PRZED WSZYSTKIM POPRZEZ DZIAŁANIA W ZAKRESIE OCHRONY PRZED!

Cel ten ma zostać osiągnięty przede wszystkim poprzez działania w zakresie ochrony przed chorobami zakaźnymi, takie jak domowa izolacja osób zakażonych/chorych i domowa kwarantanna oraz tak zwane testy wymazowe na obecność wirusa w przypadku podejrzenia zakażenia/choroby.

DOMOWA KWARANTANNA/IZOLACJA OZNACZA, ŻE OBYWATEL/OBYWATELKA

- **nie może opuszczać własnego mieszkania (wyjątki są uregulowane w zarządzeniu porządkowym lokalnego urzędu spraw porządkowych)**
- musi w miarę możliwości **uniknąć kontaktów z innymi osobami**
- musi **zrezygnować z kontaktu fizycznego takiego jak podawanie dłoni, obejmowanie, całowanie itd.**

OPRÓCZ TEGO:

- W Państwa gospodarstwie domowym powinni Państwo zachowywać w miarę możliwości **odseparowanie czasowe i przestrzenne od innych członków gospodarstwa domowego**. Odseparowanie czasowe może być realizowane np. poprzez spożywanie posiłków nie wspólnie, lecz jedna osoba po drugiej. Odseparowanie przestrzenne może być realizowane np. poprzez przebywanie w innym pomieszczeniu niż pozostali członkowie gospodarstwa domowego.
- **Podczas kasłania i kichania** należy zachować **odległość** od innych osób i należy się odwrócić; należy zakryć usta i nos zgięciem łokcia lub skorzystać z jednorazowej chusteczki higienicznej, którą należy natychmiast wyrzucić. Należy regularnie myć starannie dłonie przy użyciu wody i mydła i należy unikać dotykania oczu, nosa i ust.

- > Należy **wietrzyć zamknięte pomieszczenia** trzy do cztery razy dziennie przez co najmniej 10 minut. To pozwoli zmniejszyć liczbę wirusów w powietrzu i zapobiec wyschnięciu błon śluzowych ust i nosa.
- > **Przedmiotów gospodarstwa domowego** (naczynia, bielizna itd.) nie należy przekazywać **osobom trzecim**/nie należy ich dzielić z osobami trzecimi bez uprzedniego umycia/oczyszczenia za pomocą środków czyszczących.
- > **Należy zwracać uwagę na możliwe oznaki choroby**, przede wszystkim objawy przeziębienia, takie jak kaszel, katar, utrata smaku/węchu czy gorączka.

Osoby przebywające na kwarantannie/w izolacji, u których pojawią się takie objawy choroby, muszą zadzwonić na numer telefonu 02551 69-7100, aby zgłosić te objawy urzędowi ds. zdrowia i uzyskać poradę odnośnie do dalszego postępowania (np. wymaz na obecność SARS-CoV-2). Jeśli taki wymaz wypadnie dodatnio i tym samym zostanie stwierdzone, że zachorowali Państwo na COVID-19, będą Państwo musieli podejmować dalsze środki (np. mierzenie temperatury dwukrotnie w ciągu dnia i codzienne zapisywanie własnego stanu zdrowia „(Prowadzenie dziennika - plik może zostać pobrany pod adresem www.kreis-steinfurt.de/corona)”). W przypadku konieczności leczenia przez lekarza należy najpierw zgłosić się telefonicznie do swojego lekarza rodzinnego. W pilnych przypadkach ze (subiektywnie) możliwym zagrożeniem dla życia należy zwrócić się o pomoc pod numerem telefonu 112. Należy wskazać w każdym przypadku na (możliwy) związek z COVID-19.

- > Jeśli chodzi o własne zaopatrzenie w produkty potrzebne na co dzień, zalecamy **zwrócić się z prośbą o zrobienie zakupów do osoby z grona rodziny lub znajomych**. Jeśli nie będzie to możliwe, wówczas należy zwrócić się do urzędu spraw porządkowych swojej gminy.
- > Pracownicy otrzymują w przypadku **zarządzonej urzędowo kwarantanny w dalszym ciągu swoje wynagrodzenie** od pracodawcy. Pracodawca może otrzymać zwrot kosztów.
- > Jeśli będą się Państwo czuć obciążeni psychicznie, wówczas do dyspozycji pozostaje gorąca linia pomocy psychologicznej **02551 69-2830**.

ZAKOŃCZENIE KWARANTANNY/IZOLACJI

Osoby, które miały kontakt z osobą, u której potwierdzono COVID-19, i w związku z tym będą objęte kwarantanną, otrzymają z urzędu ds. zdrowia dalsze wskazówki i terminy wymazów według kryteriów określonych przez RKI. Jeśli w czasie kwarantanny nie wystąpią objawy choroby i wymazy będą ujemne, wówczas kwarantanna zakończy się zgodnie z informacją zawartą w zarządzeniu porządkowym lokalnego urzędu spraw porządkowych.

W przypadku osób z COVID-19 urząd ds. zdrowia podejmie decyzję, kiedy izolacja zostanie zakończona. W tym celu osoby chore zostaną poinformowane telefonicznie przez pracowników sztabu kryzysowego powiatu Steinfurt przed rachunkowym zakończeniem izolacji.

Aby skontaktować się z urzędem ds. zdrowia w Steinfurt, należy skorzystać z gorącej linii **02551 69-7100**.

Dalsze informacje znajdą Państwo pod adresem: www.kreis-steinfurt.de lub www.rki.de

Stawmy czoła nowemu koronawirusowi poprzez ostrożność, solidarność i rozagę – aby w ten sposób zmniejszyć prędkość rozprzestrzeniania się koronawirusa i szczególnie ochronić osoby na niego narażone!