

# COVID-19 INFEKCIJOS VALDYMO VEIKSMŲ REKOMENDACIJOS

## VISUOMENĖS INFORMAVIMAS IR GYVENTOJŲ VEIKSMAI

Jei turite klausimų COVID-19 infekcijos klausimais, skambinkite Nacionalinio visuomenės sveikatos centro informaciniais tel. nr.  
**+37061879984**  
**+37061694562**  
**+37062077547**

14 dienų laikotarpyje keliavote **paveiktose šalyse** [1]

ARBA

Turėjote **artimą kontaktą** su asmeniu, kuriam **patvirtinta COVID-19 infekcija** [2].

Ne

Ar jums pasireiškė vienas iš nurodytų **infekcijos simptomų**? [3]

Taip

Ne

**JOKIŲ VEIKSMŲ IMTIS NEREIKIA**

Taip

## 4. Saviizoliacija:

- **nepalikti izoliavimosi vietos 14 d.** nuo paskutinės rizikos užsikrėsti dienos (paskutinės buvimo teritorijose, kur vyksta COVID-19 plitimas visuomenėje, dienos);
- **nesilankyti viešose vietose**, pvz., mokykloje, universitete, parduotuvėse, masinio susibūrimo vietose ir kt.;
- **dirbti nuotoliniu būdu arba kreiptis į šeimos gydytoją dėl nedarbingumo nuotoliniu būdu**;
- visą izoliavimosi laiką **nepriimti svečių namuose**;
- kasdien matuoti **kūno temperatūrą**, stebėti sveikatą ir pranešti jums skambinančiam visuomenės sveikatos specialistui apie atsiradusius sveikatos pokyčius (apie bet vieną iš naujai atsiradusių simptomų: karščiavimą, kosulį, apsunkintą kvėpavimą (dusulį));
- jei įmanoma, maistu ir kitais būtinaisiais poreikiais pasirūpina šeimos nariai ar draugai, kuriems nėra taikomos izoliavimo priemonės. Jei nėra tokios galimybės, rekomenduojama maistą ar priemones užsakyti į namus;
- jei reikia pratęsti Jums paskirtus vaistus, **kreipkitės į šeimos gydytoją nuotoliniu būdu**;
- jei buvote suplanavę vizitus pas gydytojus specialistus, odontologus, **perkelkite vizito datą** ne anksčiau kaip po 14 dienų

Ar jums naujai pasireiškė vienas iš nurodytų **infekcijos simptomų**? [3]

Ne

Taip

Ar atrodo, jog jūsų būklė reikalauja skubios pagalbos?

Taip

Ne

Dėl tolimesnių rekomendacijų susisiekite su savo **šeimos gydytoju nuotoliniu būdu**

**SIMPTOMINIS GYDYMAS ŠEIMOS GYDYTOJO PRIEŽIŪROJE. 4. SAVIIZOLIACIJA 14 DIENŲ**

**Nepalikite izoliavimo vietos. Skambinkite tel. 112 greitajai medicinos pagalbai**

**GREITOSIOS MEDICINOS PAGALBOS VEIKSMAI**

**4. SAVIIZOLIACIJA 14 DIENŲ**

### 1. COVID-19 infekcijos šalių, kur vyksta infekcijos plitimas visuomenėje (paveiktų šalių) sąrašas:

Informacija atnaujinama kasdien. Naujausios versijos ieškokite [sam.lrv.lt/lt/naujienos/koronavirusas](http://sam.lrv.lt/lt/naujienos/koronavirusas)

- Kinija
- Šiaurės Italijos regionas
- Honkongas
- Iranas
- Japonija
- Pietų Korėja
- Singapūras

### 2. Artimo kontakto su sergančiu COVID-19 kriterijai.

- **Tiesioginis sąlytis** su asmeniu, kuriam patvirtinta COVID-19 infekcija.
- Buvimas **uždaroje patalpoje** su asmeniu, kuriam patvirtinta COVID-19 infekcija, **mažesniu nei 2 m. atstumu ir ilgiau nei 15 min.**

**Patvirtintas COVID-19 atvejis** - asmeniui **laboratoriniu tyrimu** patvirtinta COVID-19, nepriklausomai nuo klinikos ir simptomų.

### 3. Infekcijos simptomai.

- Karščiavimas virš 37,3° C
- Kosulys
- Apsunkintas kvėpavimas (dusulys)\*

\*Dažnai dusulys būna psichologinės kilmės. Svarbu įvertinti, ar ramybės būsenoje išlieka padidėjęs kvėpavimo dažnis (daugiau nei 20 k/min) ir / ar oro trūkumo pojūtis.