

ULOTKA INFORMACYJNA DLA OSÓB, KTÓRE MIAŁY KONTAKT Z OSOBĄ ZARAŻONĄ

Jest Pan/Pani osobą, która miała bliski kontakt z przypadkiem COVID-19 i **nie jest Pan/Pani zaszczepiony/-a** albo **niecałkowicie zaszczepiony/-a** lub **nie jest ozdrowieńcem**.

- Za osobę, z którą nastąpił bliski kontakt uważa się:
 - Kontakt od 2 dni przed do 14 dni po pozytywnym teście / wystąpieniu objawów
 - Bez maseczki: pobyt w polu bliskim <1,5 m i >10 min, rozmowa w polu bliskim niezależnie od czasu trwania, kontakt z wydzielinami z dróg oddechowych
 - >10 minut przebywania w tym samym pomieszczeniu z prawdopodobnym wysokim stężeniem aerozolu
- Z reguły osoba, która uzyskała wynik pozytywny, poinformuje Pana/Panią o Pana/Pani statusie osoby, która miała bliski kontakt. Informacje można również przekazywać za pośrednictwem obiektów użyteczności publicznej (szkół, przedszkoli itp.). Lokalny urząd ds. zdrowia skontaktuje się z Panem/Panią tylko w wyjątkowych przypadkach.
- Aby przerwać łańcuch infekcji, pilnie zaleca się odizolowanie się jako osoba z bliskiego kontaktu, nawet bez oficjalnego nakazu. Jeśli jednak w danym powiecie wydano odpowiednie ogólne zarządzenie, jest Pan/Pani natomiast zobowiązany/-a do poddania się kwarantannie.
- Kwarantanna trwa pełne 10 dni po ostatnim bliskim kontakcie z osobą zarażoną. Test końcowy nie jest konieczny, jeśli nie wystąpiły u Pana/Pani żadne objawy.
- Proszę zwrócić uwagę na objawy do 20-go dnia po ostatnim kontakcie z pozytywnym przypadkiem (ból gardła, kaszel, katar, gorączka, biegunka, bóle głowy i ciała oraz zmiany zmysłu węchu i smaku). Objawy należy wyjaśnić za pomocą testu PCR.
- W swoim gospodarstwie domowym proszę zachować w miarę możliwości czasową i miejscową separację od innych członków gospodarstwa domowego.
- Kwarantanna może zostać skrócona, jeśli test PCR zostanie przeprowadzony przez lekarza rodzinnego lub w centrum testowania najwcześniej po upływie 5-go dnia od ostatniego kontaktu z osobą zakażoną i uzyskany wynik jest negatywny.

LUB:

- Kwarantanna może zostać skrócona, jeśli szybki test (nie samodzielnie wykonany test) zostanie przeprowadzony w wykwalifikowanej placówce testowej najwcześniej po upływie 7-go dnia od ostatniego kontaktu z osobą zarażoną i test ten jest negatywny.
- Proszę zachować negatywny wynik testu i w razie potrzeby przedstawić go pracodawcy; należy go przedstawić w urzędzie ds. zdrowia tylko *na żądanie*.
- Brak możliwości skrócenia kwarantanny w przypadku pracy w medycynie lub pielęgniarstwie z bezpośrednim kontaktem z pacjentem.

Jeśli pojawią się objawy, proszę zadzwonić do swojego lekarza rodzinnego lub dyżurnej służby medycznej kasy chorych: **116 117**. W stanach zagrożenia życia należy dzwonić pod numer alarmowy: **112**.

Proszę wskazać przy tym na swój status osoby z kontaktu.

Utrata zarobków w kwarantannie:

Osoby czynne zawodowo, które doznały utraty zarobków z powodu sytuacji kwarantanny, mogą otrzymać odszkodowanie zgodnie z § 56 ustawy o ochronie przed infekcjami [IfSG]. Wszystkie informacje, w tym formularz wniosku online, można znaleźć pod adresem: <https://ifsg-online.de>. Właściwym jest Krajowy Urząd ds. Zdrowia i Pomocy Socjalnej [LAGuS] Urząd ds. Zaopatrzenia Socjalnego w Schwerinie.