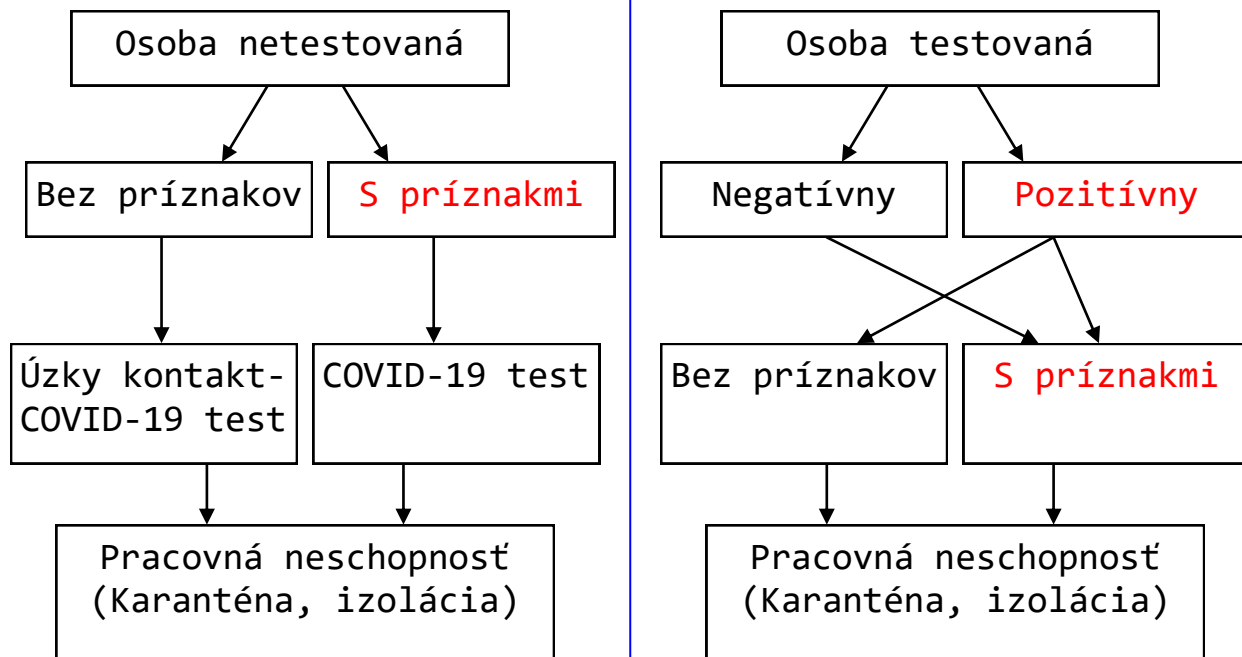


## Manažment osôb vo vzťahu ku COVID-19



### Osoba s príznakmi

- Teplota nad 38°C
- Suchý kašeľ
- Malátnosť
- Bolesť hlavy
- Bolesť kĺbov a svalov
- Sťažené dýchanie (dýchavičnosť)
- Strata čuchu
- Strata chuti
- Bolesť hrdla
- Triaška
- Nádcha
- Zvracanie
- Búšenie srdca
- Hnačka
- Vykašliavanie hlienu

Vážená pani, vážený pán,

**Predkladáme Vám Informácie a poučenie, ktorý urýchľuje komunikáciu s vaším lekárom.**

Predtým ako zatelefonujete vášmu lekárovi, prosím Vás o jeho starostlivé prečítanie, následne telefonicky kontaktujte lekára. Je predpoklad, že bude vyžadovať odpovede na nasledujúce otázky:

### Časť (A) Údaje:

Meno a priezvisko:

Dátum narodenia:

Telefónny kontakt (v medzinár. tvare):

Emailová adresa:

Pohlavie:                      Štátna príslušnosť:                      Zdravotná poisťovňa:

Adresa trvalého pobytu:                      Mesto/Obec:

Názov ulice:                      Číslo:                      PSČ:

Prechodný pobyt (ak sa pacient nezdržiava v mieste trvalého bydliska. Ak je pacient v karanténe, oznami adresu miesta karantény):

### ČASŤ (B) Vystavenie pracovnej neschopnosti (PN)

V prípade potreby vystavenia pracovnej neschopnosti prosím uviesť

- Názov a adresa zamestnávateľa (ak máte viacerých zamestnávateľov, všetkých)
- Presná adresa, kde sa budete v čase dočasnej PN zdržiavať

Potvrdenie PN z dôvodu nariadenia karanténneho opatrenia/izolácie vystaví lekár na základe telefonického alebo e-mailového vyžiadania pacientom.

- Pacient si **nechodí** po potvrdenie PN.
- Ako dátum začiatku PN uvedie lekár dátum začiatku nariadenia karantény/izolácie alebo začiatku karantény pri návrate z cudziny a tento dátum oznami pacientovi.
- Lekár zašle na začiatku karanténnej pracovnej neschopnosti III. diel potvrdenia Sociálnej poisťovni, II. a IV. diel ponechá v zdravotnej dokumentácii; po ukončení dočasnej pracovnej neschopnosti zašle Sociálnej poisťovni I. diel potvrdenia
- Lekár upozorní pacienta, aby v prípade, ak je poistencom Sociálnej poisťovne podal Sociálnej poisťovni žiadosť o pandemické nemocenské – podrobnosti aký formulár má použiť a ako ho má zaslať má zverejnené Sociálna poisťovňa na svojej webovej stránke [www.socpoist.sk](http://www.socpoist.sk).
- Vystavenie potvrdenia PN oznami pacient zamestnávateľovi telefonicky alebo e-mailom.

• Nakoľko prekážku v práci na strane zamestnanca musí zamestnancovi v súlade s pracovnoprávnymi predpismi potvrdiť lekár, odporúčame lekárom zaslať pacientovi IIa. diel potvrdenia buď poštou alebo naskenovať a zaslať zaheslované emailom; rovnaký postup sa odporúča, ak pacient nie je poistencom Sociálnej poisťovne.

- Preukaz tých pacientov, ktorých dočasná pracovná neschopnosť bola uznaná z dôvodu karanténneho opatrenia/izolácie, zašle ošetrojúci lekár do Sociálnej poisťovne, taktiež I. a IV. diel potvrdenia PN pri ukončení PN.
- Po doručení potvrdenia o dočasnej pracovnej neschopnosti od lekára bude pobočka čakať na doručenie žiadosti o pandemické nemocenské od poisťovne. Následne správuje potvrdenie od lekára so žiadosťou o dávku a rozhodne o nároku na pandemické nemocenské.

### ČASŤ (C) Vysvetlivky k pojmom

#### Definícia osoby v kontakte

V prípade symptomatického prípadu ochorenia COVID-19 sa za „osobu v kontakte“ považuje každá osoba, ktorá bola v kontakte s potvrdeným prípadom COVID-19 v časovom rozmedzí dva dni pred objavením sa symptómov do 10 dní po nástupe symptómov potvrdeného prípadu COVID-19. V prípade asymptomatického prípadu ochorenia COVID-19 je z pragmatických dôvodov za „osobu v kontakte“ najlepšie definovať osobu, ktorá mala kontakt s asymptomatickým prípadom COVID-19 dva dni pred odobratím klinickej vzorky (ktorá bola následne potvrdená) do 10 dní po odobratí tejto vzorky. Miera rizika infekcie závisí od úrovne expozície.

**Osoba v úzkom kontakte (vysoké riziko expozície):** Za osobu vo vysokom riziku expozície sa považuje osoba:

- ktorá mala osobný kontakt s prípadom COVID-19 do dvoch metrov dlhšie ako 15 minút,
- ktorá mala fyzický kontakt s prípadom COVID-19,
- ktorá mala nechránený priamy kontakt s infekčnými výlučkami prípadu COVID-19 (napr. pri kašľaní),
- ktorá bola v uzavretom prostredí (napr. v domácnosti, triede, zasadacej miestnosti, nemocničnej čakárni atď.) s prípadom COVID-19 dlhšie ako 15 minút,
- ktorá cestovala s prípadom COVID-19 dlhšie ako 15 minút,
- zdravotnícky pracovník alebo iná osoba poskytujúca starostlivosť prípadu COVID-19, alebo pracovníci laboratória manipulujúci so vzorkami prípadu COVID-19 bez odporúčaných OOPP alebo s možným porušením použitia OOPP.

**Za osobu v nízkom riziku expozície sa považuje osoba:**

- ktorá mala osobný kontakt s prípadom COVID-19 do dvoch metrov kratšie ako 15 minút,
- ktorá bola v uzavretom prostredí s prípadom COVID-19 alebo cestovala spolu s prípadom COVID-19 kratšie ako 15 minút,
- zdravotnícky pracovník alebo iná osoba poskytujúca starostlivosť prípadu COVID-19, alebo pracovníci laboratória manipulujúci so vzorkami prípadu COVID-19 s odporúčanými OOPP.

Vo všeobecnosti, kontakt s potvrdeným prípadom COVID-19 na menšiu vzdialenosť a dlhšiu dobu zvyšuje riziko prenosu ochorenia. Ďalšie faktory, ktoré by sa mali brať do úvahy pri hodnotení rizika a ktoré sú spojené so zvýšeným rizikom infekcie zahŕňajú:

- kontakty v domácnosti,
- ak bol kontakt s prípadom COVID-19 v čase nástupu príznakov,
- ak dochádzalo k tvorbe kvapiek/aerosólov (napr. kašeľ, spev, krik, cvičenie, hra na dychové nástroje),
- špecifické faktory prostredia (tlačnica, zlé vetranie, expozícia v interiéri)

Zdroj: <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-contact-tracing-public-healthmanagement-third-update.pdf>

**Osoba v úzkom kontakte (vysoké riziko expozície):** Počas obdobia 14 dní od ostatnej expozície prípadu COVID-19 osoba dodržiava:

- izoláciu v domácom prostredí alebo v inom vhodnom ubytovaní, opatrenia zamerané na obmedzenie fyzického kontaktu a cestovania, vrátenie neprijímania cudzej osoby v obydlí, resp. v objekte určenom na izoláciu v domácom prostredí,
- denné sledovanie vlastných príznakov kompatibilných s COVID-19 vrátane horúčky akéhokoľvek stupňa, kašľa, únavy alebo problémov s dýchaním, straty čuchu, chuti alebo porucha chuti,
- denné meranie a zaznamenávanie teploty,
- prísnu hygienu rúk a respiračnú etiketu,
- ak sa objavia príznaky, naďalej zotrvať v izolácii a vyhľadať lekársku pomoc, pokiaľ možno najprv telefonicky, podľa odporúčení vnútroštátnych/miestnych orgánov,
- v prípade potreby kontaktuje (RÚVZ):

**Karanténa osôb v úzkom kontakte s osobou pozitívnou** na ochorenie COVID-19 je vysvetlená v § č.3 Vyhlášky ÚVZ SR č. 42/2021.

§3 ods 5) V prípade **stáleho kontaktu osoby** s osobou pozitívnou na ochorenie žijúcou s ňou v spoločnej domácnosti sa posledný deň kontaktu považuje:

a) ak sa u osoby pozitívnej na ochorenie vyskytol akýkoľvek z klinických príznakov ochorenia, **piaty deň** od výskytu klinických príznakov ochorenia osoby pozitívnej na COVID-19,

b) ak sa u osoby pozitívnej na ochorenie nevyskytol žiadny z klinických príznakov ochorenia, piaty deň od odberu vzorky biologického materiálu. t.z.: v praxi dávame karanténu týchto osôb 14 dní + 5 dní:

a) od piateho dňa výskytu klinických príznakov pozitívnej osoby, alebo

b) od piateho dňa odberu vzorky biologického materiálu (ak sa u pozitívnej osoby nevyskytli klinické príznaky)

- teda spolu 19 dní

**PCR test** pre úzke kontakty sa plánuje na **8.deň** od posledného kontaktu s chorým,

- u osôb žijúcich v spoločnej domácnosti na **13.deň** od príznakov, príp. pozitIVITY člena rodiny.

## **ČASŤ (D) Poučenie o povinnosti sledovať zdravotný stav, nariadení karantény**

V prípade náhleho nástupu aspoň jedného z týchto príznakov: horúčka, kašeľ, bolesť hrdla, dýchavičnosť bez omeškania telefonicky kontaktovať ošetrojúceho lekára a RVUZ.

### **Izolácia ako preventívne opatrenie, musíte zostať v karanténe**

- Ľudia v karanténe zostávajú doma alebo vo vyčlenených priestoroch, oddelení od ostatných, monitorujú svoje zdravie a riadia sa pokynmi miestne príslušného RÚVZ a všeobecného lekára (v prípade detí všeobecného lekára pre deti a dorast).
- Do karantény sú umiestňované osoby, ktoré boli v úzkom kontakte s niekým, kto má COVID-19, aby v prípade že sa od neho nakazili, nešírili nákazu ďalej.
- Na 5. až 10. deň karantény sa musíte podrobiť RT-PCR testu.
- V prípade detí do 7 rokov môže všeobecný lekár pre deti a dorast rozhodnúť o nevykonaní RT-PCR testu. Ak nebudú testované ako osoby v úzkom kontakte (8-13.deň), všeobecný lekár pre deti a dorast im nariadi testovanie, ak sa u nich počas trvania karantény objavia klinické príznaky ochorenia COVID-19.
- Karanténu môžete opustiť po 10 dňoch za podmienky, že: máte negatívny test na COVID-19 a posledné 3 dni ste nemali klinické príznaky, alebo ste nemali ďalší úzky kontakt s chorou alebo pozitívnu osobou na COVID-19, aj v prípade, že ste boli v priebehu karantény testovaný s negatívnym výsledkom, 14 dňovú karanténu musíte dokončiť.
- Vaša karanténa sa odpočítava od dátumu Vášho posledného úzkeho kontaktu s pozitívnu osobou alebo pobytu v rizikovitom prostredí.
- Dĺžku Vašej karantény by ešte mohli ovplyvniť pozitívne výsledky testov v tomto období testovaných spolubývajúcich vo Vašej domácnosti (mieste karantény). Karanténa sa predlžuje v závislosti od dátumu pozitívnych výsledkov týchto osôb.
- V prípade, že budete negatívne testovaný na COVID-19, karanténa sa Vám predlžuje v závislosti od dátumu pozitívnych výsledkov týchto osôb.
- V prípade, že budete pozitívne testovaný na COVID-19, karanténa sa Vám predlžuje o ďalších 14 dní.
- Do karantény sa neumiestňujú a netestujú sa osoby, ktoré mali pozitívny test na COVID-19 alebo ochorenie COVID-19 za posledné 3 mesiace. Predpokladá sa, že tieto osoby sú počas 3 mesiacov nevnímavé k nákaze COVID 19. Tí, u ktorých sa príznaky objavia do 3 mesiacov od ochorenia na COVID-19, by sa mali znovu testovať, ak nie je zistená iná príčina ich príznakov.
- Ak predčasne opustíte karanténu, môžete byť sankcionovaný (polícia robí kontroly dodržiavania karantény, RÚVZ Vám môžete dať pokutu až 1659 EUR).

- Po ukončení karantény kontaktujte Vášho všeobecného lekára (v prípade detí všeobecného lekára pre deti a dorast), ktorý Vám vydá Potvrdenie o chorobe s dátumom ukončenia karantény (možné aj mailom, SMS apod.).
- Do práce (školy), môžete nastúpiť po predložení Potvrdenia o chorobe zamestnávateľovi( škole). V prípade, že Vám bola počas karantény vystavená PN, stačí predložiť tlačivo skončením PN.

**Radíme: Na testovanie na mobilné odberové miesto** sa nesmie prísť MHD ako sú autobus, vlak či električka. Najlepšie je využiť auto, ktoré si osoba odšoféruje sama. Môže využiť aj taxi službu. "Pokiaľ sa na MOM dopraví prostredníctvom taxi služby, môže, ale za dodržania vysokých hygienických pravidiel. Osoba musí sedieť vzadu, musí mať nasadené rúško, prípadne aj rukavice."

Ak sa osoba nemôže dostaviť na mobilné odberové miesto pre zdravotnú komplikáciu či imobilitu, môže to oznámiť napríklad telefonicky Národnému centru zdravotníckych informácií (NCZI) alebo príslušnému regionálnemu úradu verejného zdravotníctva.

**Radíme: Ako sa má správať osoba v domácej izolácii?**

Je potrebné udržiavať od ostatných členov domácnosti vzdialenosť aspoň 1,5 metra, nosiť rúško a dezinfikovať ruky, kľučky, predmety, WC, sprchu a pod.

Osoba, ktorá sa nachádza v domácej karanténe a žije v spoločnej domácnosti s ďalšími, musí obmedziť kontakt s ostatnými a izolovať sa v samostatnej izbe. Samozrejmosťou je miestnosť často vetrať. Podľa možnosti nesmie ani zdieľať spoločnú izbu s osobami, ktoré patria do ohrozenej kategórie. Obmedzenia sa vzťahujú aj na spoločnú kúpeľňu. Takáto osoba ju používa ako posledná, následne ju treba dôkladne vydezinfikovať. Samozrejmosťou je používanie vlastných uterákov a dodržiavanie správnej hygieny rúk.

Stravu je potrebné konzumovať vo svojej izbe, rovnako je nutné mať vyladený vlastný príbor a poháre. Bielizeň treba prať na minimálne 60 stupňov Celzia, žehliť ju na najvyššej možnej teplote. Všetok odpad treba skladovať v plastovom vreci pevne uzavretom.

Ak takáto osoba býva v rodinnom dome, môže ísť do svojej súkromnej záhrady alebo na dvor. Ak býva v byte, môže ísť na súkromný balkón. V prípade potreby nákupu potravín, iného tovaru a liekov je nutné požiadať o pomoc inú osobu, ktorá nie je v karanténe. Tá donesie nákup k vchodovým dverám. Je možné vybaviť objednávku aj telefonicky alebo e-mailom. Pokyny pre dodanie tovaru musia uvádzať, že nákup by mal byť dodaný pred vchodové dvere.

Osoba v domácej karanténe nesmie chodiť na verejné miesta vrátane obchodov, kultúrnych, spoločenských a športových udalostí, ani sa zúčastňovať na súkromných akciách, nesmie používať hromadnú dopravu alebo taxík, nesmie nikoho navštevovať ani prijímať návštevy. Vstup do domu či bytu, kde sa nachádza osoba v karanténe, majú len osoby, ktoré tam bývajú, či poskytovateľ zdravotnej starostlivosti v prípade potreby.

V prípade, že u osoby bolo potvrdené ochorenie COVID-19, žije v spoločnej domácnosti s ďalšími osobami, aj tie zostávajú v domácej izolácii.

### **Protiepidemické opatrenia vykonávané u osôb pozitívne diagnostikovaných na ochorenie COVID-19:**

- izolácia v domácom prostredí alebo v karanténnom ubytovacom zariadení na dobu 10 dní odo dňa odberu biologického materiálu na diagnostiku ochorenia COVID-19, resp. izolácia v zdravotníckom zariadení, ak si to jej zdravotný stav vyžaduje,
- v prípade vzniku klinických príznakov ochorenia COVID-19 dĺžku izolácie tejto osoby určí poskytovateľ zdravotnej starostlivosti, ktorý poskytuje zdravotnú starostlivosť v špecializačnom odbore všeobecné lekárstvo, a s ktorým má uzatvorenú dohodu o poskytovaní zdravotnej starostlivosti, resp. infektológ; v prípade dieťaťa poskytovateľ zdravotnej starostlivosti, ktorý poskytuje zdravotnú starostlivosť v špecializačnom odbore pediatria, resp. pediatriká infektológia.

### **Osoba pozitívne diagnostikovaná na ochorenie COVID-19:**

- dodržiava izoláciu a opatrenia zamerané na obmedzenie fyzického kontaktu,
- výsledku testu na ochorenie COVID-19 informuje telefonicky, mailom, alebo SMS správou poskytovateľa zdravotnej starostlivosti, ktorý poskytuje zdravotnú starostlivosť v špecializačnom odbore všeobecné lekárstvo, a s ktorým má uzatvorenú dohodu o poskytovaní zdravotnej starostlivosti; v prípade dieťaťa informovať poskytovateľa zdravotnej starostlivosti, ktorý poskytuje zdravotnú starostlivosť v špecializačnom odbore pediatria, denne sleduje vlastné príznaky typické pre ochorenie COVID-19 (aspoň jeden z príznakov: kašeľ, dýchavičnosť, horúčka, strata chuti alebo čuchu),
- denne meria a zaznamenáva telesnú teplotu,
- dodržiava prísnu hygienu rúk a nosenie rúšok,
- dodržiava zákaz stretávania sa s inými osobami okrem osôb v spoločnej domácnosti, resp. objekte určenom na izoláciu v domácom prostredí,
- bezodkladne informuje o svojej izolácii poskytovateľa zdravotnej starostlivosti pri poskytnutí neodkladnej zdravotnej starostlivosti alebo ústavnej zdravotnej starostlivosti.

Spracoval: MUDr. A. Fathi