



21.1.2021

Коронавирус COVID-19 - информация для заболевших коронавирусом и подвергшихся риску заражения

1. Общие сведения

К наиболее распространенным симптомам заболевания, вызываемого коронавирусом (COVID-19), относятся: боль в горле, насморк, кашель, повышенная температура, боли в мышцах, расстройство желудка и кишечника или потеря вкусовых ощущений и обоняния. У некоторых зараженных коронавирусом заболевание протекает почти бессимптомно.

COVID-19 распространяется от человека к человеку воздушно-капельным путем. Микрокапли слюны зараженного коронавирусом человека при разговоре или кашле могут попадать на лица стоящих рядом людей. Микрокапли слюны могут также передаваться другим людям через поверхность рук, например, при рукопожатии.

Врач-инфекционист может направить Вас на карантин, если Вы подверглись риску заражения коронавирусом, то есть находились в близком контакте с заболевшим коронавирусом человеком.

Если контрольная лабораторная проба подтвердила наличие у Вас коронавирусной инфекции, то врач-инфекционист направит Вас на изоляцию.

Направление на карантин или изоляцию, исходящее от Медицинской инстанции по предотвращению инфекционных заболеваний, является не просто рекомендацией, а предписанием. Согласно законодательству Финляндии, нарушение режима карантина или изоляции может повлечь за собой штраф или лишение свободы. Никто другой, например, работодатель, не может повлиять на продолжительность карантина или изоляции.

Целью карантина или изоляции является предотвращение распространения коронавирусной инфекции среди других людей.

За время пребывания на карантине или изоляции есть возможность получить посуточное пособие в связи с инфекционным заболеванием (tartuntatautipäiväraha). Дополнительную информацию Вы можете получить у своего работодателя или в Ведомстве пенсионного и социального страхования КЕЛА.



2. Положительный результат пробы на коронавирус

Если результат взятой у Вас лабораторной пробы на коронавирус COVID-19 положительный, это означает, что Вы заражены коронавирусной инфекцией COVID-19.

Вы получите уведомление о направлении на изоляцию сначала по телефону, позже Вы получите решение об изоляции в письменной форме. Изоляция длится минимум 7 суток с начала проявления симптомов заболевания. Этот период времени должен включать два дня, в течение которых симптомы не проявлялись. Если у Вас продолжают проявляться симптомы заболевания,

главный врач-инфекционист муниципалитета продлит режим изоляции. Иностранцы могут обращаться по вопросам, связанным с коронавирусом, к медицинскому работнику *Инфекционная поликлиника центра здоровья Раахе 040 135 8530 будни 8-15 и выходные 9-16.*

Изоляция обычно осуществляется на дому. Лиц, нуждающихся в медицинском уходе, помещают на изоляцию больницу.

Когда координатор по выявлению цепочек заражения позвонит Вам, расскажите ему о всех близких контактах, которые были у Вас за 48 часов до проявления заболевания и после этого. Близкий контакт подразумевает нахождение на расстоянии менее 2 метров до другого человека, контакт продолжительностью более 15 минут или более долгое пребывание в пределах одного коллектива, например, коллеги по работе, находящиеся в одном помещении в течение рабочей смены.

Координатор по выявлению цепочек заражения созвонится с этими людьми и направит их на официальный карантин. Заявление о своем заболевании другим людям не является официальным законным направлением на карантин.

По окончании срока изоляции Вы можете вернуться на рабочее место/школу и свободно передвигаться. Новые пробы не назначают.

Тестирование, проведенное методом ПЦР (полимеразная цепная реакция), долгое время показывает положительный результат пробы, хотя Вы больше не являетесь источником заражения.

3. Подвергшиеся риску заражения



- Лица, находившиеся в близком контакте с зараженным коронавирусом инфекцией COVID-19 человеком или проживающие вместе с ним, могут быть, сами того не зная, заражены, то есть считаются подвергшимися риску заражения коронавирусом.
- Вы получите сообщение о направлении на карантин по телефону, позже Вы получите решение о карантине в письменной форме.
- Карантин лиц, подвергшихся риску заражения, длится 10 суток с момента последнего контакта с зараженным коронавирусом инфекцией COVID-19 человеком.
- Если Вы проживаете вместе с человеком, зараженным коронавирусом инфекцией COVID-19, продолжительность карантина составляет минимум 14 суток. Это связано с тем, что Ваши близкие контакты с зараженным человеком продолжаются.
- Карантин является мерой предосторожности и устанавливается на инкубационный период инфекционного заболевания, то есть промежуток времени от момента заражения до проявления симптомов. Контролируйте появление симптомов.
- Если по окончании карантина у Вас не проявились симптомы, Вы можете вернуться на рабочее место/школу и свободно посещать общественные места; Вам не нужно сдавать пробу на коронавирус.
- Если Вы заболели во время карантина, сразу сдайте лабораторную пробу и ожидайте результата теста дома.
- Время карантина для лиц, подвергшихся риску заражения, не может быть сокращено на основании отрицательного результата пробы на коронавирус!

4. Если Вы получили предписание оставаться на карантине или в изоляции, действуйте следующим образом:

- Оставайтесь дома.
- Вы можете встречаться только с людьми Вашего домашнего круга общения.
- Если вместе с Вами проживают зараженные коронавирусом лица, избегайте близкого контакта с ними без необходимости.
- Нельзя приглашать в дом гостей или самому ходить в гости.



- Нельзя посещать рабочее место, школу или места проведения досуга.
- Нельзя посещать магазины, аптеки, торговые центры, бассейны, кинотеатры, рестораны или другие общественные места.
- Нельзя пользоваться общественным транспортом, таким как поезда, автобусы или такси.
- Можно совершать прогулки, но дистанция до других людей должна составлять более 2 метров.
- Обратитесь к близким за помощью в приобретении продуктов питания или закажите продукты на дом через интернет-магазин или по телефону. Помните о том, что необходимо избегать непосредственного контакта с человеком, доставившим Вам продукты питания, во время их оплаты или получения.
- Если Вы заражены коронавирусом и Вас направили на изоляцию, Вам необходимо постоянно быть доступным для связи. Контролируйте заряд аккумулятора телефона и отвечайте на телефонные звонки, поступающие со скрытого или неизвестного номера.
- Если состояние Вашего здоровья ухудшается, обратитесь за дополнительными инструкциями по телефону справочной службы по коронавирусу своего муниципалитета, по круглосуточному дежурному телефону горячей линии региона Оулу (helpline) 116 117 или при необходимости звоните в скорую помощь (112 телефон экстренной службы), если у Вас сильно выраженные симптомы заболевания. К сильно выраженным симптомам заболевания относятся, например, усиливающаяся одышка, боль в груди, потеря сознания и очень высокая температура. Проинформируйте диспетчера о том, что Вы заражены коронавирусом или подверглись риску заражения.

5. Меры по предотвращению заражения

- Встречайтесь с другими людьми только если Вы здоровы.
- Лечитесь дома и сдайте лабораторную пробу на коронавирус.
- Соблюдайте безопасную дистанцию до других людей.
- Используйте санитарно-гигиенические маски для лица, когда находитесь среди других людей.
- При кашле и чихании прикрывайте рот рукавом одежды или чистым носовым платком или салфеткой.



- Почаще мойте руки, особенно после того, как Вы касались маски, лица или высмаркивались. Пользуйтесь дезинфицирующим средством для рук, если есть возможность, например, когда посещаете магазин или другие общественные места. Спиртосодержащие дезинфицирующие средства уничтожают возбудителей заболевания, но действие их временное.