

РУКОВОДСТВО для пациента по лечению COVID-19 на дому: Если я жду результата анализа на коронавирус или анализ оказался положительным:

1. Для чего нужна изоляция на дому?

Изоляция на дому служит мерой предосторожности, чтобы сдержать распространение инфекции. Если вы не выходите из дома и не вступаете в контакт с другими людьми, вы сводите к минимуму потенциальный риск заражения других людей.

2. Как мне лечиться?

Ваш семейный врач даст вам точные указания по лечению. Когда симптомы исчезнут и вы почувствуете себя здоровым, обратитесь к семейному врачу, который даст окончательную оценку вашему здоровью.

3. Что я могу сделать, чтобы не заразить других?

Оставайтесь дома до полного выздоровления. Лицу с диагнозом COVID-19 запрещается покидать место жительства или постоянного проживания с момента постановки диагноза до выздоровления. Если вы общаетесь с другими людьми, нужно обязательно носить маску. Следите, чтобы при чихании и кашле нос и рот были прикрыты. По возможности пользуйтесь для этого носовым платком, а при его отсутствии — рукавом. Дома регулярно очищайте поверхности, с которыми контактируете напрямую.

Постарайтесь найти себе помощника, которым может быть кто угодно: близкий человек, друг или сосед. Важно, чтобы он защищался от инфекции, пользуясь средствами индивидуальной защиты и строго соблюдая требования гигиены. За больным должен ухаживать один человек, не входящий в группу риска, к которой относятся пожилые люди (старше 60 лет), люди с хроническими заболеваниями и/или иммунодефицитом.

4. Как мне покупать еду и другие необходимые вещи?

Больному нельзя ходить в магазин или аптеку. В этой ситуации важную роль играют друзья, знакомые и соседи: вы можете попросить их принести вам еду и лекарства. Продукты и товары первой необходимости, а также готовые блюда легко можно заказать на дом. В этом случае их нужно оплатить банковским переводом и попросить курьера оставить заказ за дверью.

Если других возможностей нет, нужно обратиться к местному самоуправлению, которое организует доставку необходимых товаров нуждающимся. С этим вопросом также можно обратиться к связавшемуся с вами работнику Департамента здоровья, который передаст вашу просьбу социальному работнику.

5. Что делать, если мое состояние здоровья ухудшилось? Позвоните своему семейному врачу или по телефону консультационной линии семейных врачей 1220, объясните ситуацию и следуйте инструкциям. Если состояние очень серьезное, вызовите скорую помощь, которая отвезет вас в больницу для наблюдения. Вызывая скорую помощь, обязательно предупредите работника о том, что у вас диагностирован Covid-19.

6. Должна ли моя семья оставаться дома?

Члены вашей семьи должны оставаться дома в течение 10 дней, потому что они находились в прямом контакте с вами. Они могли заразиться, поэтому вся семья должна оставаться дома в интересах собственного здоровья и для предотвращения распространения болезни. Им также следует связаться со своим семейным врачом по телефону или электронной почте и сообщить о контакте с вами.

Хотя тестирование не является обязательным, Департамент здоровья рекомендует близким контактам по завершении 10-дневного карантина пройти тестирование на SARS-CoV-2, чтобы обнаружить потенциальное бессимптомное или предсимптомное течение заболевания.

Указанное в распоряжении обязательство пребывания по месту жительства или постоянному местонахождению в течение 10 календарных дней и требования в отношении тестирования на SARS-CoV-2, являющегося возбудителем болезни COVID-19, не применяются в случае, если лицо:

- 1) переболело инфекцией COVID-19 и с момента признания лица здоровым со стороны семейного врача прошло **не более шести месяцев**;
- 2) прошло курс вакцинации против COVID-19, с момента введения второй дозы вакцины была достигнута максимальная защита от заражения, и с этого момента прошло не более одного года;
- 3) после перенесенного заболевания COVID-19 получило одну дозу вакцины, с момента введения второй дозы вакцины была достигнута максимальная защита от заражения, и с этого момента прошло не более одного года, или же после введения первой дозы вакцины заболело COVID-19, и с момента признания лица здоровым со стороны семейного врача прошло не более одного года.

Если у члена семьи в этот период возникли симптомы (жар или кашель), ему следует проконсультироваться с семейным врачом или позвонить по телефону консультационной линии семейных врачей 1220. В случае более серьезных проблем со здоровьем (например, затрудненного дыхания) звоните по номеру службы экстренной помощи 112.

7. Нужно ли мне оповестить школу, где учатся дети?

Обязательно сообщите в детский сад или школу, где учится ваш ребенок, что вы вместе остались дома. Школа поможет вам организовать дистанционное обучение.

8. Нужно ли мне оповестить знакомых, с которыми я общался в последние дни, о своей ситуации?

Если вы оказались в самоизоляции, найдите время и позвоните или напишите знакомым, с которыми вы контактировали в последние дни. Тогда они будут знать, что нужно следить за своим здоровьем и соблюдать правила гигиены.

9. У меня куплены билеты на концерт / в кино на сегодняшний вечер. Могу ли я пойти, если буду соблюдать общие правила гигиены?

Нет, в интересах своего благополучия и благополучия других откажитесь от посещения мероприятия. общественных мест следует избегать вплоть до выздоровления, независимо от причины заболевания.

10. Что мне сказать работодателю?

Вам нужно при первой же возможности известить работодателя или доверенное лицо о том, что вы заболели.

11. Где можно найти самую достоверную информацию о коронавирусе?

Самую актуальную информацию о коронавирусе можно найти на сайте www.kriis.ee/ru или <https://www.terviseamet.ee/ru/bolezni-koronavirus-covid-19>

Контроль и предотвращение распространения инфекционных заболеваний регулируются постановлением № 123 «Требования по борьбе с инфекционными заболеваниями». Согласно дополнительному пункту 1 пункта 3¹ этого постановления, пациент с Covid-19 должен оставаться дома в самоизоляции в соответствии с решением врача и инструкциями Департамента здоровья. Согласно пункту 3^{1.2} того же постановления, ребенок с подозрением на COVID-19 должен оставаться дома, и его нельзя водить в детские учреждения, в том числе в школу, а также в общественные помещения или зоны для детских игр. Данное постановление доступно по ссылке: <https://www.riigiteataja.ee/akt/115052020021>.

Помимо вышеуказанных правовых актов, постановлением № 170 Правительства Республики от 16.05.2020 г. введен «Карантин для лиц, у которых диагностировано заболевание COVID-19, вызванное коронавирусом SARS-CoV-2, а также для лиц, проживающих совместно с ними или постоянно пребывающих в одном месте проживания», согласно которому человеку с диагнозом COVID-19 с момента постановки диагноза до момента выздоровления запрещается покидать свое место жительства или постоянного пребывания. Под постоянным местом жительства или местом постоянного пребывания также понимается место предоставления услуги приюта. Лицо признается выздоровевшим на основании решения врача.

Согласно пункту 3, лицу, проживающему вместе с лицом, которому был диагностирован COVID-19, или же постоянно пребывающему в одно месте пребывания с данным лицом, запрещается покидать место жительства или пребывания, за исключением случаев, если у него отсутствуют симптомы COVID-19 и при следующих обстоятельствах:

- 1) с целью выполнения своих рабочих обязанностей, если лицо является специалистом в области здравоохранения или лицом, выполняющим общественные задачи, и при этом внимательно следит за своим здоровьем и соблюдает установленные Правительством Республики или Департаментом здоровья меры по предотвращению возможного распространения инфекции;
- 2) если лицо приобретает товары, необходимые для повседневной жизни, неподалеку от места жительства или пребывания по причине того, что это невозможно сделать иным образом, и при этом принимает все меры по предотвращению возможного распространения инфекции;
- 3) если по месту жительства или пребывания исключен любой контакт с лицом с диагнозом COVID-19;

- 4) для нахождения на свежем воздухе, если лицо принимает все меры по предотвращению возможного распространения инфекции;
- 5) если лицо получило от работника здравоохранения или полиции распоряжение покинуть место жительства или постоянного пребывания, или в случае чрезвычайной ситуации, угрожающей жизни или здоровью человека.

Данное распоряжение доступно по ссылке:

https://www.valitsus.ee/sites/default/files/eriolukord/vv_20170k.pdf

В соответствии с пунктом 1 статьи 44 Закона о предупреждении инфекционных заболеваний и борьбе с ними (NETS) соблюдение требований, установленных вышеупомянутыми правовыми актами, контролирует Департамент здоровья. В случае несоблюдения требований принимаются административные меры принуждения, указанные в частях 2 или 3 статьи 28 Закона об охране общественного порядка, и/или меры ответственности, указанные в частях 1-2 статьи 461 Закона о предупреждении инфекционных заболеваний и борьбе с ними. В соответствии с частью 2 статьи 28 Закона об охране общественного порядка максимальная однократная сумма штрафа составляет 9600 евро. В соответствии с частями 1-2 статьи 46 Закона о предупреждении инфекционных заболеваний и борьбе с ними штраф за нарушение требований по борьбе с инфекционным заболеванием составляет до 200 штрафных единиц для физического лица и до 32 000 евро для юридического лица.