



# STAROSTA MYŚLENICKI

32-400 Myślenice, ul. M. Reja 13, tel. 12 274 97 40, fax. 12 274 97 42  
e-mail: starostwo@myslenicki.pl, FB: www.facebook.com/myslenicki/ www.myslenicki.pl

## O koronawirusie SARS-CoV-2 bez paniki, z respektem – informacja Starosty Myślenickiego do mieszkańców powiatu

**OSOBY POWRACAJĄCE Z KRAJÓW GDZIE WYSTĘPUJE KORONAWIRUS MOGĄ MIEĆ  
ZALECENIE PODDANIA SIĘ NADZOROWI EPIDEMIOLOGICZNEMU LUB KWARANTANNIE  
DOMOWEJ – PONIEWAŻ BĘDĄ TO W NAJBLIŻSZYM CZASIE NAJCZĘSTSZE ZALECENIA  
SANEPID – WYJAŚNIAMY :**

**Kwarantanna**, zgodnie z Ustawą o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi jest to *odosobnienie osoby zdrowej, która była narażona na zakażenie, w celu zapobieżenia szerzeniu się chorób szczególnie niebezpiecznych i wysoce zakaźnych*; czyli kluczowy jest fakt, że osoba nie ma objawów choroby oraz to, że nie powinna kontaktować się z innymi osobami.

Czas kwarantanny dla osób powracających z miejsc, gdzie występuje zakażenie koronawirusem wynosi **14 dni**, a o rodzaju kwarantanny (domowa, lub w wyodrębnionym miejscu) decyduje Inspektor Sanitarny.

**W przypadku decyzji o kwarantannie domowej, osoba jej poddana i domownicy powinni przestrzegać następujących zasad:**

- osoba poddana kwarantannie nie opuszcza domu i przebywa w odrębnym pomieszczeniu w domu, nie kontaktuje się z domownikami, zwłaszcza dziećmi i osobami starszymi, schorowanymi, w domu nie należy przyjmować gości,

*Osoba poddana kwarantannie codziennie mierzy temperaturę i obserwuje się. Gdy wystąpi gorączka, kaszel lub duszność, osoba powinna zgłosić się bezpośrednio do oddziału zakaźnego transportem prywatnym lub w przypadku stanu zagrażającego życiu wezwać karetkę,*

- ponieważ osoba poddana kwarantannie wymaga pomocy w zapewnieniu podstawowych potrzeb, zaleca się wyznaczenie wśród domowników jednej, zdrowej osoby w sile wieku do pomocy,
- kontakt, z tą wyznaczoną osobą, lub innymi, jeżeli niemożliwa jest opieka jednej osoby, powinien odbywać się przy zachowaniu odległości ok. 2 m, należy unikać bezpośredniego kontaktu, komunikować się za pomocą telefonu komórkowego i np. zostawić zakupy pod drzwiami,
- dobrze jest, gdy osoba poddana kwarantannie może korzystać z odrębnej łazienki - gdy nie ma takiej możliwości, można korzystać z tej samej łazienki, pod warunkiem dezynfekowania deski klozetowej oraz dokładnego mycia rąk mydłem przez min. 30 sekund i, jeśli to możliwe, ich dezynfekcji; nie wolno korzystać ze wspólnego ręcznika, ani przechowywać szczoteczki do zębów ze szczoteczkami domowników, wszyscy domownicy powinni często i dokładnie myć ręce,
- osoba poddana kwarantannie może przygotowywać posiłki sama w pokoju, w którym przebywa, na podstawie dostarczonych produktów, lub też należy dostarczać jej posiłki najlepiej w jednorazowych opakowaniach, lub wyznacza się zestaw sztućców i naczyń do użytku przez osobę, które powinna ona myć w ciepłej wodzie z detergentem, wyparzyć w gorącej wodzie lub zdezynfekować środkami higieny gospodarczej,
- do czyszczenia przedmiotów, których używa osoba poddana kwarantannie powinno się używać środków dezynfekujących, często wietrzyć mieszkanie,
- ubrania należy prać w pralce w wysokiej temperaturze,
- zużywane przez osobę poddaną kwarantannie rzeczy (np. jednorazowe sztućce, środki higieniczne) należy gromadzić w odrębnych szczelnych workach plastikowych, a następnie wyrzucić do odpadów komunalnych.



Pamiętajmy, że koronawirus ginie poza organizmem człowieka w ciągu kilkunastu lub kilkudziesięciu godzin oraz w wysokiej temperaturze lub poddany działaniu mydła, środka dezynfekcyjnego zawierającego minimum 60% alkoholu, oraz środków czyszczących z gatunku chemii gospodarczej – te informacje powinny być uwzględnione w naszym profilaktycznym postępowaniu.

**Nadzór epidemiologiczny**, zgodnie z Ustawą to „obserwacja osoby zakażonej lub podejrzaną o zakażenie, bez ograniczenia jej swobody przemieszczania się...”; Można więc powiedzieć, że jest to „łżejsza” forma nadzoru, który zastępuje kwarantannę, bo nie ma wówczas odosobnienia. Oczywiście, ze względów ostrożnościowych, można rekomendować postępowanie jak opisano w ramach kwarantanny domowej poza zakazem opuszczania wyznaczonego pomieszczenia.

Opracowanie: dr Małgorzata Bajer – Kierownik Wydziału Promocji i Ochrony Zdrowia Starostwa Powiatowego w Myślenicach

Konsultacja: dr hab. med. Dorota Mrożek-Budzyn - Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny - Dyrektor Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Myślenicach

*Wszelkie zalecenia i procedury mogą ulegać zmianie.*