TERVISEAMET

04.11.2021

ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ЛИЦ, БЛИЗКО КОНТАКТИРОВАВШИХ С БОЛЬНЫМ COVID-19

Согласно данным Департамента здоровья, Вы находились в близком контакте с лицом, у которого по данным лабораторных анализов и/или врачом была диагностирована коронавирусная инфекция SARS-CoV-2. Всем людям, близко контактировавшим с заболевшим коронавирусом, следует оставаться в домашней самоизоляции. Вышеуказанное требование также действует в случае, если контакт с коронавирусной инфекцией произошел в окружающей среде (через зараженные поверхности, здания и т. п.).

Исходя из продолжительности инкубационного периода инфекционного заболевания COVID-19, просим Вас оставаться в домашней самоизоляции в течение 10 дней с момента близкого контакта и следить за состоянием здоровья. Как можно скорее сообщите своему семейному врачу о контакте с больным COVID-19. При ухудшении состояния здоровья снова свяжитесь с семейным врачом и следуйте его дальнейшим инструкциям.

Хотя тестирование не является обязательным, Департамент здоровья рекомендует лицам, близко контактировавшим с больным, по окончании 10-дневного карантинного периода пройти тестирование на SARS-CoV-2 для выявления возможного бессимптомного течения заболевания.

Указанное в распоряжении требование о соблюдении обязательной самоизоляции по своему месту жительства или месту постоянного пребывания в течение 10 календарных дней, а также требование о прохождении тестирования на коронавирус SARS-CoV-2, вызывающий заболевание COVID-19, не применяется в следующих случаях:

- лицо переболело COVID-19 не более 180 дней назад;
- лицо прошло курс вакцинации против COVID-19, после введения последней дозы вакцины наступила максимальная защита, и с момента введения последней дозы вакцины прошло не более одного года;
- лицо получило одну дозу вакцины после перенесенного заболевания COVID-19, после вакцинации наступила максимальная защита, и с момента введения последней дозы вакцины прошло не более одного года; или же после получения первой дозы вакцины лицо заболело COVID-19, перенесло инфекцию, и с момента прохождения теста на SARS-CoV-2, подтверждающего заболевание, либо со дня подтверждения диагноза прошло не более одного года.

Ниже Вы найдете правила поведения в течение 10-дневного периода наблюдения:

1. Пользуйтесь возможностью работать и учиться удаленно.
2. Покидать дом или место пребывания разрешается только для:
   а) приобретения повседневных товаров первой необходимости;
   б) посещения медицинского учреждения по приглашению врача;
   в) прогулок на свежем воздухе (в парке, лесу) при условии полного отсутствия контактов с другими людьми;

3. Соблюдайте требования гигиены:

а. регулярно мойте руки теплой водой с мылом и при необходимости дезинфицируйте их, так как вирус может распространяться через загрязненные предметы;
б. не прикасайтесь руками к лицу, глазам, рту и носу;
в. регулярно проветривайте помещения (не реже двух раз в день по 15 минут за раз);
г. при кашле/чихании прикрывайте нос и рот бумажным полотенцем или рукавом (использованную бумагу немедленно выбросьте, а затем вымойте руки);
д. если вы вынуждены находиться в общественном месте, приобретая необходимые повседневные товары, обязательно носите маску.

4. Если у вас возникли дополнительные вопросы, ознакомьтесь с юридическими актами, устанавливающими ограничения, и при необходимости с пояснениями к ним на сайте www.kriis.ee/kriisi-juhtimine-kusimused-ja-vastused/kriisi-juhtimine/oigusaktid-ja-seletuskirjad

В детских садах, яслях, общеобразовательных школах и профессиональных учебных заведениях действует упрощенный порядок карантина

- Если близкий контакт с носителем коронавируса произошел в детском саду или яслях, общеобразовательной школе или профессиональном учебном заведении, то дети и подростки, которые не были вакцинированы против COVID-19 и не переболели COVID-19, должны оставаться в карантине на упрощенных условиях. Это означает следующее:
    - Дошкольники могут продолжать посещать детские сады или ясли без дополнительного тестирования.
    - Учащиеся общеобразовательных школ или профессиональных учебных завдений могут продолжать контактное обучение исключительно при соблюдении следующих условий:
        - После получения уведомления о близком контакте следует оставаться дома в **обычном карантине** и не позднее чем на четвертый день сделать **ПЦР-тест**. Для этого необходимо связаться с центром тестирования по номеру телефона 646 4848 (пн.-пт. — 8:00-19:00, сб. —10:00-16:00).
        - В случае отрицательного результата теста ученик может посещать школу и занятия по интересам, которые проводятся в школе, т. е. остается на **упрощенном** карантине до истечения 10 дней с момента близкого контакта.
        - В случае положительного результата теста следует связаться с семейным врачом и оставаться дома. В этом случае упрощенный порядок карантина более не применяется.
        - В период **упрощенного карантина** нельзя посещать общественные места (кино, кафе, театр и др.), участвовать в учебной деятельности и образовании по интересам, деятельности по интересам и молодежной работе; ПЦР-тест делается не ранее чем на 4-й день после близкого контакта. До выяснения результата теста следует оставаться дома.

- Если учащийся, не прошедший полный курс вакцинации, контактирует с больным за пределами общеобразовательной школы или профессионального учебного заведения, то он должен соблюдать карантин в обычном порядке независимо от возраста.

- Если учащийся не сдал требуемый тест, он должен соблюдать карантин в обычном порядке.

- Если учащийся переболел COVID-19 или был вакцинирован от него, ему не нужно соблюдать карантин или проходить ПЦР-тест в случае близкого контакта.

Информация к сведению проживающих с Вами людей: до тех пор, пока у Вас нет симптомов болезни, члены Вашей семьи не обязаны оставаться дома и могут продолжать повседневную деятельность.

Если у Вас или проживающих с Вами людей:

1. **возникли симптомы заболевания**[1], как можно скорее позвоните семейному врачу или обратитесь к специалистам консультационной линии семейных врачей (тел. 1220);
2. сообщите о близком контакте с зараженным COVID-19;
3. опишите семейному врачу свое состояние здоровья и следуйте его указаниям;
4. если состояние вашего здоровья резко ухудшилось, позвоните по номеру 112.

Обратите внимание! При звонке просим обязательно уведомить о предшествующем контакте с больным COVID-19.

При проявлении симптомов болезни просим не обращаться в отделение неотложной помощи больницы и не приходить на прием к семейному врачу лично, а сначала обратиться за рекомендациями и указаниями по лечению заболевания по телефону.

Информацию о коронавирусе можно найти на следующих сайтах:

1. страница Департамента здоровья: www.terviseamet.ee/ru/bolezn-koronavirus-covid-19
2. страница, посвященная кризисной ситуации в связи с коронавирусом: www.kriis.ee/ru/bolezn-zdorove-i-vakcina/koronavirus-i-profilaktika-zabolevaniya/kharakter-i-rasprostranenie

Мне известно, что:

на основании ч. 3 ст. 22 Закона о предупреждении инфекционных заболеваний и борьбе с ними (NETS) борьба с инфекционными заболеваниями и их распространением регулируется постановлением министра социальных дел № 123 от 31.10.2003 г. «Требования к борьбе с инфекционными заболеваниями». Согласно пункту 3^1.2 указанного постановления, все лица, которые близко контактировали с больным COVID-19, должны оставаться дома в самоизоляции в соответствии с решением врача и исходя

[1] Список симптомов COVID-19 можно найти по ссылке: https://www.terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus/sumptomid

из указаний Департамента здоровья. Согласно тому же пункту, ребенок с подозрением на COVID-19 должен оставаться дома и его нельзя водить в детские учреждения, в том числе в школу и общественное пространство или территорию, предназначенную для детских игр.

В соответствии с ч. 1 с. 44 Закона о предупреждении инфекционных заболеваний и борьбе с ними органом надзора является Департамент здоровья. В случае несоблюдения требований принимаются меры, указанные в ч. 2 или 3 ст. 28 Закона об охране общественного порядка (KorS), и/или контрмеры, указанные в ч. 1-2 ст. 46 Закона о предупреждении инфекционных заболеваний и борьбе с ними. В соответствии с ч. 2 ст. 28 Закона об охране общественного порядка максимальная однократная сумма штрафа составляет 9600 евро. В соответствии с ч. 1-2 ст. 46 Закона о предупреждении инфекционных заболеваний и борьбе с ними штраф за нарушение требований по борьбе с инфекционными заболеваниями составляет до 200 штрафных единиц для физического лица и до 32 000 евро для юридического лица.