

Какво да правя, ако съм бил/а в контакт с лице с диагноза COVID-19?



Вие сте имали **близък контакт**, ако сте били заедно с това лице 48 часа преди да прояви симптоми или 48 часа преди извършването на диагностичния тест при асимптоматични лица, без необходимите предпазни мерки и:

Предоставяне на грижи за това лице или в контакт с негови секрети или течности



Здравеопазване/обществено здраве/семейна среда

Били сте на едно и също място на разстояние, по малко от 2 метра в продължение на повече от 15 минути за 24 часа.



Общностна среда

Ако сте били в **близък контакт**, трябва да следвате следните препоръки:

Останете вкъщи, за предпочитане в стаята Ви, в продължение на 10 дни след последния контакт

Ограничете максимално излизанията от стаята и избягвайте контакт с хората, с които съжителствате

Вземете колкото се може повече предпазни мерки. Ако се налага да излезете от Вашата стая, носете хирургическа маска

Наблюдавайте за появата на симптом (висока температура, кашлица, затруднено дишане) през 10-те дни на карантина и през следващите 4 дни

Мийте ръцете си често

Ако е възможно, не използвайте една и съща баня с хората, с които съжителствате



Трябва да се организирате така, че да не излизате извън дома, освен ако това не е от съществено значение, и в този случай трябва да носите **хирургическа маска**.



- Ако имате симптоми, обадете се на Вашия здравен център или на съответния телефонен номер за Вашата автономна област и уведомете, че сте лице, което е било в контакт.
- Ако имате чувство за недостиг на въздух, влошаване или усещане за тежко състояние, обадете се на тел. 112.
- За повече информация вижте „Препоръки за домашна изолация в леки случаи”.

21 Декември 2020 г.

Консултирайте се с официални източници, за да се информирате
www.mscbs.gob.es | @sanidadgob