

Ieteikumi par kontaktpersonas primāro medicīnisko pārbaudi, laboratorisko pārbaudi un medicīnisko novērošanu Covid-19 infekcijas gadījumā

1. **Kontaktpersonas primāro medicīnisko pārbaudi, laboratorisko pārbaudi un medicīnisko novērošanu dzīvesvietā organizē** kontaktpersonas ģimenes ārsts¹.

2. Kontaktpersonas medicīniskās novērošanas ilgums ir **14 dienas** pēc pēdējā kontakta ar apstiprinātu Covid-19 infekcijas gadījumu.

3. Covid-19 infekcijas gadījumā kontaktpersonas **primārā medicīniskā pārbaude un medicīniskā novērošana veicama attālināti** (telefoniski).

4. Slimību profilakses un kontroles centra (turpmāk – SPKC) epidemiologs, veicot apstiprinātā Covid-19 infekcijas gadījuma epidemioloģisko izmeklēšanu un konstatējot, ka ģimenes ārsta praksē reģistrēta persona, kura bija pakļauta inficēšanās riskam, **telefoniski** informēs ģimenes ārstu² par:

- medicīniski novērojamas kontaktpersonas (turpmāk – kontaktpersonas) vārdu, uzvārdu, personas kodu;
- medicīniskās novērošanas ilgumu (beigu datumu);
- veicamajiem pretepidēmijas pasākumiem, t. sk. kontaktpersonas mājas karantīnas (pašizolēšanās)³ nepieciešamību.

5. Pēc informācijas saņemšanas par novērojamo kontaktpersonu no SPKC ģimenes ārsts uzsāk kontaktpersonas medicīnisko novērošanu.

6. Ja nepieciešams, kontaktpersonai tiek piedāvāta darba nespējas lapa uz visu medicīniskās novērošanas periodu.

7. Kontaktpersona tiek informēta par noteikumiem, kas jāievēro novērošanas laikā, atbilstoši tālāk sniegtajai informācijai, kā arī par administratīvo atbildību, ja novērošanas laikā netiek ievērota pašizolēšanās mājās.

8. Novērošanas perioda sākumā un turpmāk visā novērošanas perioda laikā vismaz vienu reizi dienā⁴ ģimenes ārsts telefoniski sazinās ar kontaktpersonu un noskaidro viņas veselības stāvokli (ķermeņa temperatūru, sūdzības), kā arī pārrunā ar kontaktpersonu noteikumu ievērošanu, atbilstoši tālāk sniegtajai informācijai.

9. Ja ģimenes ārsts konstatē:

9.1 ka **Covid-19 pacienta ģimenes kontaktpersonai** ir elpceļu slimības pazīmes, izvērtē slimības smagumu un hospitalizācijas nepieciešamību. Ja slimības norise ir viegla, ģimenes ārsts:

- informē pacientu par klīniski noteiktu Covid-19 infekcijas diagnozi un laboratoriskas testēšanas veikšanu pēc simptomu izzušanas (atbilstoši Covid-19 pacientu kontroles testēšanas algoritmam);
- attālināti organizē pacienta ārstēšanu;
- ziņo SPKC par klīniski noteikto Covid-19 gadījumu;
- ja slimnieka veselības stāvoklis ievērojami pasliktinās, ģimenes ārsts nekavējoties organizē pacienta pārvešanu uz stacionāru.

9.2. ka **Covid-19 pacienta citai kontaktpersonai** ir elpceļu slimības pazīmes, izvērtē slimības smagumu un hospitalizācijas nepieciešamību. Ja slimības norise ir viegla, ģimenes ārsts organizē kontaktpersonas laboratorisko testēšanu uz Covid-19 infekciju (**tālr. 8303**).

10. Ja kontaktpersonai nav elpceļu infekcijas simptomu, laboratorisko pārbaudi uz Covid-19 infekciju neveic.

¹ Ministru kabineta 2006. gada 19. septembra noteikumu Nr. 774 “Kontaktpersonu noteikšanas, primārās medicīniskās pārbaudes, laboratoriskās pārbaudes un medicīniskās novērošanas kārtība” (turpmāk – MK noteikumi) 7. punkts.

² MK noteikumu 13. punkts.

³ Epidemioloģiskās drošības likuma 19. pantā otrajā daļā ir noteikts, ka “bīstamas infekcijas slimības gadījumā medicīniski novērojamai kontaktpersonai ārstniecības persona piedāvā brīvprātīgu izolēšanu ārstniecības iestādē vai pašizolēšanos dzīvesvietā (mājas karantīna) infekcijas slimības inkubācijas laikā”.

⁴ MK noteikumu 16. punkts.

Noteikumi, kas kontaktpersonai jāievēro pašizolēšanās (medicīniskās novērošanas) laikā

- Visā novērošanas perioda laikā kontaktpersonai jāsadarbojas un jābūt pieejamai saziņai (sazvanāmai) ar ģimenes ārstu.
- Sekot savam veselības stāvoklim, mērīt ķermeņa temperatūru 2 reizes dienā – no rīta un vakarā, un sekot vai neparādās tādas elpceļu infekcijas slimības pazīmes kā paaugstināta ķermeņa temperatūra, klepus, rīkles iekaisums, apgrūtināta elpošana u. c.
- Tiklīdz parādās elpceļu infekcijas slimības pazīmes (paaugstināta ķermeņa temperatūra, klepus, rīkles iekaisums, apgrūtināta elpošana u. c.) nekavējoties zvanīt **pa tālruni 8303** (Neatliekamas medicīniskās palīdzības dienests).
- Palikt mājās, nedoties uz darbu, izglītības iestādēm, neapmeklēt sabiedriskas vietas un nelietot sabiedrisko transportu.
- Ar ārstniecības iestādēm sazināties telefoniski un, ārstēties mājās, ja veselības stāvoklis to pieļauj.
- Klepojot un šķaudot, nosegt muti un degunu ar vienreizlietojamo salveti, kuru pēc lietošanas izmest atkritumu tvertnē, un pēc tam nomazgāt rokas; ja nav vienreiz lietojamās salvetes vai kabatlakatiņa, klepot vai šķaudīt elkoņa locītavas iekšējā virsmā (piedurknē), bet nedarīt to plaukstā.
- Bieži un rūpīgi (vismaz 20-40 sekundes) mazgāt rokas ar ūdeni un ziepēm, t. sk. pēc klepošanas, šķaudīšanas vai deguna izšņaukšanas, pirms ēšanas, pēc tualetes apmeklējuma u.tml. vai lietot spirtu saturošu roku dezinfekcijas līdzekli. Detalizētu informāciju par roku mazgāšanu skatīt šeit <https://www.spkc.gov.lv/lv/profesionali/ieteikumi-skolam-un-berndarzi/get/nid/19>.
- Lietot individuālos higiēnas priekšmetus un traukus.
- Visiem ģimenes locekļiem vai personām, kuras atrodas tuvā kontaktā, bieži un rūpīgi jāmazgā rokas, jāievēro elpošanas higiēna.
- Maksimāli samazināt kontaktus ar citiem cilvēkiem, īpaši tiem, kuriem Covid-19 infekcija var radīt smagas komplikācijas – gados veciem cilvēkiem un cilvēkiem ar hroniskām plaušu, sirds asinsvadu saslimšanām, cukura diabētu, onkoloģiskām saslimšanām un hronisko infekciju pacientiem.
- Ieverot **vismaz divu metru distanci** no citiem cilvēkiem, ja nepieciešams, izmantot sejas masku vai auduma gabalu (piem., lakatiņu vai šāli), lai nosegtu muti un degunu u.tml.
- Veikt telpu un virsmu mitro uzkopšanu un dezinfekciju, izmantojot sadzīvē lietojamus dezinfekcijas līdzekļus.
- Pirmās nepieciešamības preču vai pārtikas iegādes nolūkā:
 - lūgt palīdzību ģimenes locekļiem, draugiem, paziņām, kuri nedzīvo kopā ar slimnieku, veikt attālinātus pirkumus ar piegādi mājās vai izmantot iespēju lūgt pašvaldības sociālā dienesta palīdzību;
 - pēc iespējas izvairīties no tieša kontakta ar personām, kuras palīdz veikt pirkumus vai piegādāt preces, piem., atstājot preces pie durvīm;
 - ja nav citu risinājumu, veikalā apmeklēt ar medicīnisko masku stundās, kad veikalā mazāk cilvēku, ievērojot 2 metru distanci no veikala apmeklētājiem un pārdevējiem un ievērojot roku un klepus higiēnu.

Vislielākais inficēšanās risks ar Covid-19 ir, ja inficētai personai parādās elpceļu simptomi – klepus, iesnas un citi. Jaunais koronavīruss (SARS-Cov-2) spēj izdzīvot ārējā vidē uz priekšmetu virsmām no dažu stundu līdz dažām dienām. COVID-19 infekcija izplatās:

- tieši kontaktējoties ar inficētu personu;
- ar sīkiem pilieniem, kas rodas inficētajai personai runājot, šķaudot vai klepojot;
- netieša kontakta ceļā, pieskaroties virsmām un priekšmetiem, kas piesārņoti ar elpceļu izdalījumiem.