



## Personām ar akūtas elpošanas ceļu infekcijas pazīmēm

Publicēts: 09.04.2020.



Rīcības algoritms, ja bērnam ir akūtas elpceļu infekcijas slimības pazīmes 

Covid-19 infekciju izraisošais koronavīruss galvenokārt izplatās:

- tieši kontaktējoties ar inficētu personu;
- sīku pilienu veidā, kas rodas inficētajai personai runājot, šķaudot vai klepojot,
- tieši pieskaroties inficētai personai (paspiežot roku vai skūpstoties),
- kā arī netieša kontakta ceļā, pieskaroties virsmām un priekšmetiem, kam pieskārusies inficētā persona (piemēram, durvju rokturiem).

Tādēļ, personām, kam ir elpošanas ceļu infekcijas pazīmes (klepus, elpas trūkums, rīkles iekaisums, paaugstināta temperatūra) lūdzam ievērot šādus pamatnoteikumus:

- 1 Neapmeklēt sabiedriskas vietas un nedoties uz darbu un ciemos slimības laikā. Tas pats attiecas uz bērniem, kuriem ir slimības pazīmes - šādu bērnu nevest uz pirmskolas izglītības iestādi vai izglītības iestādi.
- 2 Sazināties ar ārstu telefoniski un, ja veselības stāvoklis to pieļauj - ārstēties mājās.
- 3 Ja 14 dienu laikā pirms saslimšanas esi apmeklējis ārzemes, rīkojies šādi.
- 4 Izvairīties no tuva kontakta ar citiem cilvēkiem (ievērot distanci ne mazāk kā 2 metri).
- 5 Pēc iespējas ierobežot kontaktus ar ģimenes locekļiem, it sevišķi ar personām vecākām par 60 gadiem un cilvēkiem ar hroniskām slimībām vai novājinātu imunitāti (piemēram personām, kas saņem imūnsupresīvu terapiju).
- 6 Novērsties nost no citiem cilvēkiem, kad klepo vai šķauda.
- 7 Klepojot un šķaudot, nosegt muti un degunu ar vienreizlietojamo salveti, kuru pēc lietošanas izmet atkritumos, un pēc tam nomazgāt rokas; ja nav vienreiz lietojamās salvetes vai kabatlakatiņa, klepot vai šķaudīt iekšējā elkoņa locītavas virsmā (piederknē), bet nedarīt to plaukstā.
- 8 Mazgāt rokas ar ūdeni un ziepēm vismaz 20-40 sekundes pēc klepošanas, šķaudīšanas vai deguna izšņaukšanas, vai lietot spirtu saturošu roku dezinfekcijas līdzekli. Detalizētu informāciju par roku mazgāšanu.

Esi atbildīgs pret savu un apkārtējo veselību

<https://www.spkc.gov.lv/lv/personam-ar-akutas-elposanas-celu-infekcijas-pazimem>