



## Если Вы вернулись/въехали в Латвию

Publicēts: 22.07.2020.

Atjaunināts: 17.09.2020.

### Кто должен соблюдать самоизоляцию?

Если Вы вернулись/въехали в Латвию из страны, в отношении которой применяются особые меры предосторожности и ограничения из-за высокой заболеваемости COVID-19.

### При возвращении из каких стран следует соблюдать самоизоляцию?

[Список стран доступен на веб-сайте Центра профилактики и контроля заболеваний](#)(Slimību profilakses un kontroles centrs). Если страна окрашена в **красный** или **желтый** цвет, то **требуется соблюдать режим самоизоляции в течение 14 дней**.

### Где я должен соблюдать самоизоляцию?

Соблюдайте самоизоляцию по месту жительства или другому месту пребывания.

### Как долго следует соблюдать самоизоляцию?

Режим самоизоляции необходимо соблюдать в течение **10 дней** после выезда из соответствующей страны.

### Какие правила нужно соблюдать во время самоизоляции?

- Оставайтесь в месте самоизоляции, не вступайте в непосредственный контакт с другими людьми и не подвергайте их риску заражения: не принимайте гостей, не ходите в гости, не ходите на работу, не посещайте общественные места, где собирается большое количество людей, за исключением посещения магазина и прибытия в место жительства или другое место пребывания сразу по прибытии в Латвию. Используйте защитное покрытие для рта и носа;
- Наблюдайте за состоянием своего здоровья, измеряйте температуру утром и вечером;
- В случае появления симптомов (кашель, повышенная температура (лихорадка), одышка) немедленно свяжитесь с врачом;
- Другие домочадцы могут продолжать свой обычный распорядок дня.

### Могу ли я пройти тест на COVID-19?

Для этого надо позвонить по номеру 8303 по рабочим дням с 8:00 до 20:00, по субботам с 9:00 до 15:00 и по воскресеньям с 9:00 до 12:00.

**! Тест на COVID не освобождает от самоизоляции!**

<https://www.spkc.gov.lv/lv/esli-vy-vernulisvekhali-v-latviyu>