

[polsk]

Ważne informacje dla osób, które mają objawy COVID-19



Jakie są typowe objawy COVID-19?

Typowe symptomy COVID-19 to:

- Gorączka
- Suchy kaszel
- Trudności w oddychaniu
- Utrata węchu i smaku
- Zmęczenie
- Ból gardła

Co powinna zrobić osoba, u której wystąpiły objawy COVID-19?

Poddać się samoizolacji

- Trzeba pozostać w domu. Nie wolno chodzić do pracy/szkoły, na uczelnię, zajęcia sportowe ani np. zakupy.
- Należy unikać bliskiego kontaktu z domownikami.
- Jeśli wyjątkowo trzeba wyjść z domu, np. w celu udania się na test, należy używać maski ochronnej z oznaczeniem CE.

Zwracać szczególną uwagę na higienę osobistą i czystość w pomieszczeniach

- Myć ręce wodą i mydłem wielokrotnie w ciągu dnia. Nie korzystać z tych samych ręczników co inne osoby, ani nie pozwalać im na używanie swojego.
- Unikać dotykania twarzy. Kaszleć i kichać w zgięcie łokcia lub chusteczkę/kawałek papierowego ręcznika.
- Codziennie sprzątać i myć powierzchnie w pomieszczeniu(-ach), w których przebywa się w trakcie choroby. Należy używać zwykłych środków czyszczących.
- Wietrzyć pomieszczenia kilka razy dziennie.

Zarezerwować termin wykonania testu

- Termin wykonania testu PCR należy zarezerwować na stronie coronaprover.dk, jeśli występują objawy, które mogą wskazywać na COVID-19, ale chory nie czuje się na tyle źle, aby wymagać porady lekarskiej.
- Jeżeli chory ma silne dolegliwości lub jest zaniepokojony objawami, należy zwrócić się do lekarza pierwszego kontaktu. Zawsze należy najpierw zadzwonić – nie wolno pojawiać się w przychodni osobiście bez telefonicznego uzgodnienia.

Jak można dowiedzieć się o wyniku testu?

Wyniki badań są dostępne na stronie sundhed.dk. Można również zadzwonić do swojego lekarza pierwszego kontaktu.

Dodatni wynik testu: Oznacza zakażenie nowym koronawirusem. W takiej sytuacji z daną osobą kontaktuje się pracownik jednostki ds. lokalizacji kontaktów (Coronaopsporing), która podlega Urzędowi ds. Bezpieczeństwa Pacjentów (Styrelsen for Patientsikkerhed), by pomóc w zidentyfikowaniu wszystkich, z którymi miała ona bliski kontakt. Istotne jest bowiem, aby wszystkie takie osoby zostały poinformowane, że same mogły ulec zakażeniu. Należy pozostać w domu i kontynuować samoizolację.

Z samoizolacji można zrezygnować:

- po upływie 48 godzin od ustania objawów;
- po 10 dniach choroby, jeśli u chorego w czasie 48 poprzedzających godzin nie występowała gorączka (bez stosowania leków przeciwgorączkowych, takich jak np. Panodil), a przy tym czuje się on znacznie lepiej i ma tylko łagodne objawy resztkowe, takie jak utrata smaku i/lub węchu, lekki kaszel, zmęczenie itp.

Dalsze wskazówki znajdują się w ulotce [Ważne informacje dla osób, które uzyskały dodatni wynik badania na obecność nowego koronawirusa](#).

Ujemny wynik testu: Oznacza brak zakażenia nowym koronawirusem. W przypadku objawów choroby zakaźnej zawsze jednak zalecamy pozostanie w domu.

Co powinni robić domownicy osoby, która ma objawy COVID-19?

Do uzyskania wyniku testu przez osobę, u której występują symptomy, domownicy, którzy z nią mieszkają, mogą chodzić do pracy, szkoły, na zakupy itp., a więc prowadzić normalny tryb życia. Muszą jednak utrzymywać dystans wobec chorego i zwracać szczególną uwagę na higienę osobistą oraz czystość w pomieszczeniach, a także na to, czy u nich samych nie wystąpią objawy.

Informacje szczególne dotyczące dzieci

U większości dzieci infekcja COVID-19 przebiega łagodnie, ale zasadniczo obowiązują je te same zalecenia co dorosłych. Dzieci, u których występują objawy COVID-19, powinny więc pozostawać w izolacji domowej i przejść badania, a następnie trzeba przestrzegać tych samych wskazówek co dla osób dorosłych, które uzyskały dodatni wynik testu. Jeżeli dziecko ma poniżej 2 lat, należy zawsze skontaktować się z lekarzem.

Należy pamiętać, że dzieci potrzebują opieki, pocieszenia i bliskiego kontaktu, takiego jak przytulenie. Jest to ważniejsze niż utrzymywanie dystansu. Sytuacja jest taka sama niezależnie od tego, czy to opiekun, czy dziecko ma objawy choroby.

Dalsze wskazówki dotyczące dzieci znajdują się w informacji [Czy Twoje dziecko ma objawy COVID-19?](#)