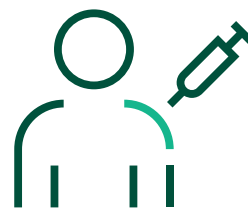


Zalecenia Urzędu ds. Zdrowia

Dla osób zaszczepionych



23 kwietnia 2021 r.

Niniejsza ulotka zawiera nasze zalecenia dla osób w pełni zaszczepionych. Za osoby w pełni zaszczepione uznaje się te, u których od podania drugiej dawki (lub jedynej w przypadku preparatów jednodawkowych) upłynęło 14 dni, niezależnie od rodzaju otrzymanej szczepionki.

W miarę jak coraz większa część społeczeństwa będzie kończyła cykl szczepień, będziemy mogli stopniowo powracać do bardziej normalnego trybu życia. Wiemy, że osoby w pełni zaszczepione są dobrze chronione przed COVID-19 – także te, u których występuje podwyższone ryzyko poważnego przebiegu choroby. Obecnie wszystko wskazuje też na to, że zatwierdzone szczepionki przyczyniają się do zapobiegania szerzeniu się infekcji. Dlatego możemy sukcesywnie łagodzić pewne zalecenia wobec w pełni zaszczepionych.

Nie wiemy jednak jeszcze, jak długo będzie utrzymywać się odporność zapewniana przez szczepienia. Uważnie śledzimy rozwój sytuacji oraz badania naukowe i dostosowujemy nasze zalecenia do aktualnej wiedzy na temat preparatów i ich działania.

Zalecenia dla *wszystkich* w pełni zaszczepionych osób

Ochrona uzyskana wskutek szczepień pozwala na to, by:

- Przebywać razem z innymi w pełni zaszczepionymi, bez konieczności utrzymywania dystansu lub noszenia maski
- Przebywać razem z członkami rodziny lub bliskimi przyjaciółmi, którzy nie są zaszczepieni, bez konieczności utrzymywania dystansu lub noszenia maski. Zasada ta nie ma zastosowania, jeśli niezaszczepiona w pełni osoba, z którą się przebywa, jest narażona na zwiększone ryzyko poważnego przebiegu COVID-19
- W razie bliskiego kontaktu z osobą zakażoną nie być objętym wymogiem samoizolacji, chyba że ma się objawy COVID-19. Obowiązek przetestowania się pozostaje w tej sytuacji w mocy
- Nie musieć poddawać się regularnym testom



Trzeba pamiętać, że osoby w pełni zaszczepione nadal muszą przestrzegać wskazówek w zakresie samoizolacji i testowania w przypadku wystąpienia u nich objawów COVID-19. Jest to związane z faktem, że szczepionki nie są w 100% skuteczne, a więc zawsze pozostaje niewielkie ryzyko zakażenia się i zachorowania.

Dopóki większa część społeczeństwa nie ukończy cyklu szczepień i nie zdobędziemy dokładniejszej wiedzy, rekomendujemy, by przebywając **w przestrzeni publicznej** osoby w pełni zaszczepione stosowały się do ogólnie obowiązujących zaleceń.

Wciąż należy pamiętać o sześciu ogólnych zasadach zapobiegania infekcji

1. Utrzymuj dystans 2 metrów gdy tylko to możliwe – a zawsze co najmniej 1 metra. Unikaj podawania ręki, całowania w policzki i obejmowania
2. W razie objawów pozostań w domu i przetestuj się
3. Wietrz pomieszczenia, tworząc przeciągi. Unikaj wnętrz, w których przebywa dużo ludzi
4. Kaszl i kichaj w zgięcie łokcia
5. Często myj ręce lub używaj środka dezynfekującego
6. Sprzątaj i myj powierzchnie, zwłaszcza te, które są dotykane przez liczne osoby



Zalecenia dla w pełni zaszczepionych osób o podwyższonym ryzyku poważnego przebiegu COVID-19

Szczepienie zapewnia dodatkową ochronę i zmniejsza zagrożenie ciężkim przebiegiem choroby. W związku z tym, po ukończeniu cyklu szczepień, osoby obciążone podwyższonym ryzykiem nie muszą już przestrzegać specjalnych, przeznaczonych dla nich wskazówek.

Ochrona uzyskana wskutek szczepień pozwala na to, by:

- Zachowywać się jak inne osoby zaszczepione, bez stosowania specjalnych środków ostrożności, takich jak używanie maski w sytuacjach prywatnych
- Uczestniczyć w różnych aktywnościach, np. zajęciach rekreacyjnych, wspólnie z większą liczbą innych osób
- Korzystać ze środków transportu publicznego i robić zakupy, nie tylko poza godzinami szczytu
- Chodzić do pracy w zasadzie tak jak zwykle, bez konieczności jej wykonywania w specjalnych warunkach, np. przy zachowaniu dystansu lub zdalnie. Osoby o podwyższonym ryzyku nadal jednak nie mogą świadczyć pracy związanej z leczeniem lub opieką nad osobami o podejrzanym bądź stwierdzonym zakażeniu COVID-19, np. w szpitalnej izbie przyjęć lub na oddziale covidowym
- Krewni osób o podwyższonym ryzyku również nie muszą wykonywać pracy zdalnie bądź w innych specjalnych warunkach, jeśli oni sami – lub ta osoba – są w pełni zaszczepieni