**Poučenie pre osoby s pozitívnym výsledkom vyšetrenia a osoby žijúce s nimi v spoločnej domácnosti:**

Musíte zostať **v DOMÁCEJ IZOLÁCII a ostatní členovia spoločnej domácnosti v KARANTÉNE**(aj keď boli pri aktuálne prebiehajúcom testovaní negatívni).  
•**Informujte**o pozitivite **Vášho všeobecného lekára**(v prípade detí všeobecného lekára pre deti a dorast), alebo lekára miestne príslušného VUC, ak Váš lekár nie je k dispozícii.  
• **Už pri miernych klinických príznakoch**bezodkladne **telefonicky kontaktujte svojho príslušného všeobecného lekára**, dohodnite sa na ďalšom postupe a dodržujte jeho pokyny, najmä ohľadom liečby.

• **Ak máte závažné príznaky**:  opakované vzostupy teploty nad 39 st.C, ťažkosti s dýchaním, tlak alebo bolesť na hrudníku, **volajte záchrannú zdravotnú službu – č. 155.**

• **Informujte** o svojej pozitivite všetky **osoby, s ktorými ste boli v úzkom kontakte 2 dni pred odberom výteru z nosohltana (alebo pre začiatkom klinických príznakov, ak tieto vznikli ešte pred odberom). Všetky kontakty musia ostať v karanténe**(aj v prípade negatívneho výsledku v čase práve prebiehajúceho testovania) 14 dní od kontaktu s Vami. Za úzky kontakt sa považuje osobný kontakt dlhší ako 15 minút vo vnútornom priestore.

• **Vaša domáca izolácia trvá minimálne 14 dní**od odberu na COVID-19, pokiaľ sa v posledných troch dňoch tejto doby nevyskytol ani jeden z klinických príznakov ochorenia (teplota, kašeľ, dýchavičnosť, strata čuchu, chuti....). O konečnej dĺžke karantény rozhodne Váš všeobecný lekár.

•**Karanténa osôb žijúcich s Vami v spoločnej domácnosti trvá po celú dobu Vašej izolácie**. (Odporúčame im prihlásiť sa na testovanie prostredníctvom web-stránky korona.gov.sk link: <https://www.old.korona.gov.sk/covid-19-patient-form.php>, najskôr 5. deň od kontaktu s Vami. Aj v prípade negatívneho výsledku však ostávajú v karanténe počas celej doby Vašej izolácie).

• Ak ste COVID-19 pozitívny, Vy ani osoby žijúce s Vami v spoločnej domácnosti a Vaše úzke kontakty **nesmiete opustiť miesto, kde ste sa rozhodli zdržiavať  počas izolácie a karantény okrem**:  prípadu núdze,  pri potrebe základnej zdravotnej starostlivosti.**Nesmiete**: chodiť na verejné miesta, kultúrne spoločenské a športové udalostí, ani sa zúčastňovať súkromných akcií (rodinné oslavy, a pod. s výnimkou pohrebov), používať hromadnú dopravu alebo taxík, nikoho navštevovať, prijímať návštevy.

• **Vstup do domu/bytu,** kde ste v izolácii, **majú len**: osoby, ktoré tam bývajú, poskytovateľ zdravotnej starostlivosti v prípade potreby.

• Ak bývate v rodinnom dome, môžete ísť do svojej súkromnej záhrady alebo na dvor. Ak bývate v byte, môžete ísť na súkromný balkón.

• V prípade, že potrebujete kúpiť potraviny, iný tovar a lieky, **požiadajte inú osobu o pomoc** (ktorá nie je v karanténe), aby Vám doniesla nákup k Vašim vchodovým dverám.  
• **Nákup si môžete objednať aj telefonicky alebo e-mailom**. V prípade núdze môžete opustiť izoláciu pri zabezpečovaní nevyhnutných životných potrieb s prekrytými hornými dýchacími cestami respirátorom FFP2 a dodržaním hygieny rúk.

• Viac informácií na stránke: [www.korona.gov.sk](http://www.korona.gov.sk/), [www.uvz.sk](http://www.uvz.sk/)

**Poučenie pre osoby s negatívnym výsledkom vyšetrenia :**

**Správajte sa zodpovedne, dodržujte všetky odporúčania:**  
         - noste rúško  
         - dodržujte odstupy  
         - používajte dezinfekciu na ruky  
         - často vetrajte priestory, kde sa zdržiavate  
         - čo najviac obmedzte stretávanie sa s inými ľuďmi – aj v exteriéri

• **Váš negatívny test** neznamená, že nie ste infikovaný, **môžete už byť v inkubačnej dobe** ochorenia.

• Sledujte svoj zdravotný stav a aj pri miernych klinických príznakoch (teplota, kašeľ, strata čuchu, chuti, dýchavičnosť....) bezodkladne kontaktujte telefonicky svojho príslušného všeobecného lekára, dohodnite sa na ďalšom postupe a dodržujte jeho pokyny.

• Ak ste boli v úzkom kontakte s pozitívne testovanou osobou (2 dni pred jej pozitívnym testovaním, alebo pred začiatkom jej klinických príznakov), musíte ostať v karanténe, aj keď výsledok Vášho vyšetrenia pri aktuálne prebiehajúcom testovaní bol negatívny.

• Odporúčame Vám opakovane sa zúčastniť testovania najskôr 8. deň od kontaktu s pozitívnou osobou. Za úzky kontakt sa považuje osobný kontakt dlhší ako 15 min. vo vnútornom priestore.

• Vaša karanténa trvá minimálne 14 dní od posledného kontaktu s pozitívnou osobou, a to aj v prípade, že Váš test bol na 8. deň od kontaktu s pozitívnou osobou negatívny.

• Informujte o svojom kontakte Vášho všeobecného lekára (v prípade detí všeobecného lekára pre deti a dorast) alebo lekára miestne príslušného VUC, ak Váš lekár nie je k dispozícii, dohodnite sa na ďalšom postupe a dodržujte jeho pokyny.

•Riaďte sa pokynmi – Čo mám robiť, ak som bol v úzkom kontakte s Covid 19.  
• Viac informácií na stránke: [www.korona.gov.sk](http://www.korona.gov.sk/), [www.uvzsr.sk](http://www.uvzsr.sk/)