

# Biežāk uzdotie jautājumi un atbildes

## **KĀDI IR COVID-19 SIMPTOMI?**

Jaunā koronavīrusa izraisītās slimības COVID-19 raksturīgākie simptomi ir elpceļu slimības pazīmes (paaugstināta temperatūra, klepus, iekaisusi rīkle un apgrūtināta elpošana). Šīs pazīmes parasti ir vieglas un sākas pakāpeniski.

## **KĀ IZPLATĀS COVID-19 VĪRUS?**

Vīruss izplatās ar inficēta cilvēka siekalām un deguna izdalījumiem:

- Tiešā kontaktā ar inficētu personu.
- Ar sīkiem pilieniem, kas rodas runājot, šķaudot vai klepojot.
- Pieskaroties virsmām un priekšmetiem, kas piesārņoti ar elpceļu izdalījumiem.

## **KĀ IZVAIRĪTIES NO SASLIMŠANAS AR COVID-19?**

Profilakses pasākumi ir līdzīgi kā citām akūtām augšējo elpceļu infekcijām: bieži mazgā rokas, īpaši pēc kontakta ar slimiem cilvēkiem vai viņu apkārtējo vidi. Klepojot un šķaudot, izmanto vienreiz lietojamās salvetes un pēc tam nomazgā rokas.

Ar 29. martu valdība ārkārtas sēdē noteica papildu ierobežojumus - turpmāk ir aizliegta privāta un publiska pulcēšanās! Tāpat stingra prasība ir ievērot 2 m fizisko distancēšanos. Turpmāk publiskās vietās (gan iekšējās, gan ārtelpās) vienlaikus pulcēties drīkst ne vairāk kā DIVAS personas, neievērojot 2 metru distanci. Izņēmums ir personas, kas dzīvo vienā mājsaimniecībā vai arī vecāks un to nepilngadīgie bērni gadījumos, ja tie nedzīvo vienā mājsaimniecībā. Vairāk nekā divas personas drīkst pulcēties arī gadījumos, kad tiek veikti darba vai dienesta pienākumi.

## **CIK ILGS IR COVID-19 INKUBĀCIJAS PERIODS?**

COVID-19 inkubācijas periods ir no 2 līdz 14 dienām, visbiežāk pirmie simptomi parādās aptuveni 5 dienu laikā.

## **KUR MEKLĒT STATISTIKU PAR COVID-19 IZPLATĪBU LATVIJĀ?**

Statistiku par COVID-19 saslimšanas gadījumiem Latvijā apkopo un reizi diennaktī aktualizē Slimību profilakses un kontroles centrs, vairāk informācijas te <https://arkartassituacija.gov.lv/>

## **VAI SEJAS MASKAS PASARGĀ NO COVID-19 INFEKCIJAS?**

Pasaules Veselības organizācija sejas maskas iesaka lietot: ja nepieciešams aprūpēt ar

COVID-19 inficētu cilvēku (medicīnas darbiniekiem un citiem slimnieka aprūpētājiem); ja esi inficējies ar COVID-19 un klepo un/vai šķaudi.

## **KĀ RĪKOTIES, JA ESI ATGRIEZIES NO ĀRZEMĒM?**

Ievēro 14 dienu pašizolāciju mājās. Nedodies uz darbu, neuzņem viesus, maksimāli samazini tiešus kontaktus ar citiem. Ja parādās viegli saslimšanas simptomi, zvani 8303 vai 67801112 un pieraksties uz analīzēm. Smagu simptomu gadījumā zvani 113.

## **KĀ RĪKOTIES TUVINIEKIEM, JA ESI ATGRIEZIES NO ĀRZEMĒM?**

Ģimene vai citi māsaimniecībā esošie cilvēki, kuri dzīvo ar Tevi, nav pakļauti pašizolācijai un var turpināt savas ikdienas gaitas, maksimāli ievērojot higiēnas un profilakses pasākumus.

## **KAM VEIC COVID-19 ANALĪZES BEZ MAKSAS?**

- Iedzīvotājiem, kuriem pēc atgriešanās no ārvalstīm 14 dienu laikā parādās akūtas elpceļu infekcijas simptomi: paaugstināta ķermeņa temperatūra, klepus un elpas trūkums bez cita izskaidrojuma iemesla;
- Slimību profilakses un kontroles centra noteiktajām Covid-19 slimnieka kontaktpersonām, kuras ir mājas karantīnā un kurām pēc kontakta ar slimnieku 14 dienu laikā parādās akūtas elpceļu infekcijas simptomi: drudzis, klepus un elpas trūkums bez cita izskaidrojuma iemesla (izņemot tuviniekus, kuri dzīvo kopā ar slimnieku).

## **KAM NEVEIC VALSTS APMĀKSĀTAS COVID-19 ANALĪZES?**

- Iedzīvotājiem bez saslimšanas simptomiem un tiem, kuri pēdējo 14 dienu laikā nav bijuši ārzemēs vai nav bijuši ciešā kontaktā ar SPKC apstiprinātu Covid-19 slimnieku.
- Iedzīvotājiem, kuriem pēc atgriešanās no ārvalstīm 14 dienu laikā parādījušās vieglas akūtas elpceļu saslimšanas pazīmes (paaugstināta ķermeņa temperatūra, klepus) un kuriem nav iespēju nokļūt uz analīžu nodošanas punktu ar savu transportu. Šādā gadījumā pacients ārstējas mājās ģimenes ārsta uzraudzībā un ievēro mājas karantīnu.
- Covid-19 slimnieku tuviniekiem, kuri dzīvo kopā ar slimnieku un kuriem parādās vieglas akūtas elpceļu infekcijas slimību pazīmes. Viņi ārstēties mājās ģimenes ārsta uzraudzībā, ievērojot karantīnu tāpat kā mājās esošais Covid-19 slimnieks.

## **Kas jāievēro pacientiem, kuriem neveic Covid-19 analīzes un kuri ārstējas mājās ģimenes ārsta uzraudzībā?**

- Ja simptomi ir viegli, ne visos gadījumos ir nepieciešams laboratoriski apstiprināt Covid-19, jo šai saslimšanai nav specifiskas ārstēšanas un to ārstē kā jebkuru vīrusu infekciju, pamatojoties uz pacienta klīnisko stāvokli (atvieglo simptomus, piemēram, lietojot medikamentus temperatūras mazināšanai, klepum u.c.). Neveicot analīzes,

klīniski nosaka, ka cilvēks varētu būt saslimis ar Covid-19 un ar viegliem simptomiem var ārstēties ģimenes ārsta uzraudzībā.

- Parādoties saslimšanas simptomiem, telefoniski jāsazinās ar savu ģimenes ārstu, sniedzot pēc iespējas precīzāku informāciju par savu veselības stāvokli.
- Ģimenes ārsts izsniedz darbnespējas lapu, ja tas ir nepieciešams.
- Obligāts pienākums ir ievērot mājas karantīnu. Ir aizliegts pamest dzīvesvietu, un jāizvairās no kontakta ar citiem cilvēkiem.
- Ir jāuztur saziņa ar savu ģimenes ārstu un jāievēro ārsta noteiktā terapija un režīms.
- Jebkuru zāļu lietošana jāsaskaņo ar ģimenes ārstu, lai mazinātu iespējamo blakusparādību un komplikāciju risku.
- Veselības stāvokļa pēkšņas pasliktināšanās gadījumā jāsazinās ar ģimenes ārstu vai, ja veselības stāvoklis ir kritisks, jāzvana uz ārkārtas tālruni 113.
- Pārtraukt mājas karantīnu un doties ikdienas gaitās var tikai pēc kontroles izmeklējumu veikšanas un ar ārsta atļauju. Cilvēku uzskata par veselu pēc klīnisko simptomu izzušanas un ja divi atkārtoti testēšanas rezultāti uz Covid-19 ir negatīvi (izmeklējumam piesaka ģimenes ārsts).

*Informācija apkopota no Slimību profilakses un kontroles centra mājas lapas [www.spkc.lv](http://www.spkc.lv)*