

D. V. ZAPRUĐE
BABURIČINA 11
10000 ZAGREB

EPIDEMIOLOŠKE MJERE IZOLACIJE I SAMOIZOLACIJE U VRTIĆU

Poštovani roditelji,

ukoliko je Vaše dijete bilo izloženo infekciji virusom SARS-COV-2 tijekom boravka u vrtiću, šaljem Vam ovu obavijest i u nastavku uvodnog teksta dostavljamo informacije o načinu širenja virusa i samoizolaciji.

Mjere samoizolacije izriče se samo onoj osobi koja je osobno bila u bliskom kontaktu sa zaraženom osobom, a ne i ukućanima osoba koje su bile u bliskom kontaktu s bolesnikom. U tom se slučaju osobe koje žive u kućanstvu s osobom u samoizolaciji, ponašaju uobičajeno, odnosno nisu u samoizolaciji i na njih se mjere ne primjenjuju. To znači da braća i sestre mogu slobodno ići u vrtić, a vi roditelji na posao.

Kao i osoba u samoizolaciji, ostali ukućani trebaju provoditi pojačanu osobnu higijenu i higijenu prostora te ograničiti svoja kretanja i socijalne kontakte.

Ako dijete u samoizolaciji razvije znakove bolesti, javlja se svom izabranom liječniku koji ga šalje na testiranje te u slučaju da bude pozitivno, sve osobe koje žive s djetetom podliježu samoizolaciji.

U slučaju da roditelji ne mogu dijete koje je u samoizolaciji samo ostaviti kod kuće, imaju pravo na bolovanje za njegu djeteta te se javite svom izabranom liječniku koji će vidjeti u digitalnoj platformi za praćenje COVID-19 potrebne informacije o oboljelom.

Put prijenosa infekcije

Virus koji uzrokuje COVID 19 prenosi se sa zaražene osobe na njezine kontakte izlučevinama dišnog sustava. Ulazno mjesto virusa u organizam čovjeka su dišni sustav(udahnu se sitne kapljice koje napuste dišni sustav bolesnika) i sluznica oka, usta ili nosa(sitne kapljice koje sadrže virus slete na sluznice ili se rukama prenesu). Zarazna osoba može zaraziti druge osobe u svojoj okolini govorom, kašljanjem, kihanjem i pjevanjem te posredno putem ruku ili predmeta koji su kontaminirani kapljicama koje izlaze iz dišnog sustava prilikom govora, kašljanja, kihanja i pjevanja.

Simptomi bolesti

Simptomi bolesti kreću se u rasponu od infekcije bez simptoma do zatajenja pluća i drugih organa, koje može završiti smrću bolesnika. Učestalost pojedinih stupnjeva bolesti u populaciji ovisi o dobi zaraženih osoba, prisutnosti nekih zdravstvenih stanja koja povećavaju rizik za razvoj teških oblika bolesti, o količini virusa kojoj je bolesnik izložen i drugim za sada nepoznatim čimbenicima.

Kod osoba koje razviju simptome bolesti, najčešći su simptomi kašalj, povišena tjelesna temperatura, umor, iznemoglost, glavobolja, grlobolja, bolovi u mišićima i zglobovima, nedostatak zraka, gubitak osjeta mirisa i okusa.

Vrijeme inkubacije

Vrijeme inkubacije, tj. broj dana potrebnih da počne bolest nakon zaražavanja je najčešće 4-6 dana. ali može biti i kraće ili dulje, u rasponu od 2 do 14 dana.

Trajanje zaraznosti

Osoba koja oboli je zarazna za svoje kontakte 1-2 dana prije početka bolesti i narednih deset dana. Kod teških oblika bolesti, koji zahtijevaju bolničko liječenje, zaraznost može trajati dulje od 10 dana. Osoba koja se zarazi, a ne razvije simptome bolesti je najvjerojatnije zarazna za svoje kontakte 10 dana, ali je teško procijeniti početak zaraznosti, pa se kao početak zaraznosti računa 1-2 dana prije uzimanja brisa u kojem je nađen virus.

Mjere sprječavanja bolesti

Glavne mjere u sprječavanju prijenosa infekcije proizlaze iz puteva prijenosa. Fizička udaljenost smanjuje mogućnost izravnog slijetanja kapljica dišnog sustava bolesnika na sluznice zdrave osobe. Maska smanjuje izbacivanje kapljica dišnog sustava bolesnika u okolinu kad je bolesnik nosi, a u zdrave osobe maska smanjuje mogućnost udisanja kapljica iz zraka. Učestalo pranje ruku, dezinfekcija ruku kad nije moguće oprati ih, izbjegavanje diranja očiju, usta i nosa smanjuje mogućnost prijenosa virusa na sluznice oka, usta i nosa putem kontaminiranih ruku. Često i temeljito čišćenje površina i predmeta kojima se bolesnik služi smanjuje mogućnost kontaminiranja ruku i unos virusa u sluznicu zdravih osoba.

Bliski kontakt

U svrhu procjene okolnosti koje su dovele do zaražavanja bolesnika i identificiranja osoba koje su bili izloženi infekciji u kontaktu s bolesnikom, bliski kontakt, tj. osoba za koju se smatra da je bila izložena infekciji, definira se na slijedeći način:

Bliski kontakt je osoba koje je u vremenu do 2 dana prije početka bolesti kod bolesnika i tijekom bolesti bolesnika

- imala fizički kontakt (uključujući rukovanje, zagrljaj) ili se bolesnik iskašljao / kihnuo prema osobi
- bila s bolesnikom lice u lice na udaljenosti manjoj od 2 metra(u zatvorenom prostoru pod određenim okolnostima se i udaljenost veća od 2 metra može smatrati bliskim kontaktom) dulje od 15 min(ako je kontakt licem u lice na vrlo maloj udaljenosti, i manje od 15 minuta trajanja kontakta se može smatrati bliskim kontaktom)
- njegovala bolesnika
- putovala u istom prijevoznom sredstvu s bolesnikom(udaljenost od bolesnika koja se definira bliskim kontaktom u prijevoznom sredstvu ovisi o trajanju putovanja)
- s bolesnikom dijeli zajedničko kućanstvo.

Izolacija

Radi sprječavanja širenja bolesti na bliske osobe, bolesnici se moraju izolirati u trajanju od 10 dana od pojave prvih simptoma, a kod osoba koje nemaju simptome od dana testiranja. To podrazumijeva smanjiti sve kontakte s drugim ljudima na minimum s ciljem da se spriječi širenje infekcije na druge osobe. Bolesnik mora biti sam u sobi koja se redovito provjetrava, a pri nužnim kontaktima (s onima koji skrbe o njegovu zdravlju, eventualno ukućanima ako je izolacija u kući) obavezno nositi masku. Fizički kontakt treba izbjegavati. Bolesnik mora pojačano voditi higijenu ruku i svoje okoline, tj. često prati i dezinficirati ruke, sve površine i predmete koje dođu u kontakt s izlučevinama dišnog sustava temeljito čistiti, dezinficirati, prilikom kihanja, kašljanja i brisanja nosa koristiti jednokratne maramice i odmah nakon upotrebe ih baciti u smeće i oprati ruke i lice, koristiti vlastiti ručnik i druge higijenske potrepštine, temeljito oprati za sobom WC, kadu, umivaonik, kuhinjski stol nakon korištenja. Ako je neizbježan boravak u istoj prostoriji s ukućanima, trebaju bolesnik i ukućani koristiti masku i držati fizičku udaljenost od najmanje 2 metra, a prostorija treba biti provjetravana.

Bolesnik u izolaciji ne odlazi na posao. Ako zbog izolacije morate otvoriti bolovanje javite se svom izabranom liječniku, koji će u digitalnoj platformi za praćenje COVID-19 vidjeti da ste Vi upisani kao bolesnik, a također će i dobiti nalaz Vašeg testiranja i na temelju tih informacija će Vam otvoriti bolovanje.

Karantena

Karantena/ samoizolacija je izolacija zdravih ljudi za koje se zna da su bili izloženi infekciji i postoji povećana vjerojatnost da su se zarazili i traje 10 dana od zadnjeg kontakta s bolesnikom. Provodi se s ciljem da izložena osoba, ako oboli i postane zarazna za okolinu ima što manji broj kontakata u vrijeme kad još ne zna da je zarazna. Ukoliko razvije simptome, bit će zarazna za bliske osobe i dan dva prije nego što je razvila simptome, tj. dok još niti ne zna da će oboljeti. Isto tako zaražene osobe mogu biti zarazne za okolinu, a da nikad ne razviju simptome. Zbog toga se bliski kontakti oboljelih trebaju na jednak način izolirati od okoline kao i bolesnici.