



ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ЛИЦ, БЛИЗКО КОНТАКТИРОВАВШИХ С БОЛЬНЫМ COVID-19

По данным Департамента здоровья Вы находились в близком контакте с лицом, у которого согласно результату лабораторных анализов и/или врачом была диагностирована коронавирусная инфекция SARS-CoV-2. Всем людям, близко контактировавшим с заболевшим коронавирусом, следует оставаться в домашней самоизоляции. Вышеуказанное требование также действует в случае, если контакт с коронавирусной инфекцией произошел посредством окружающих условий (через зараженные поверхности, здания и т. п.).

Исходя из продолжительности инкубационного периода инфекционного заболевания **COVID-19, просим Вас оставаться в домашней самоизоляции в течение 10 дней с момента близкого контакта и следить за состоянием своего здоровья.** При первой возможности сообщите своему семейному врачу о контакте с больным COVID-19. При ухудшении состояния здоровья снова свяжитесь со своим семейным врачом и соблюдайте его дальнейшие инструкции.

Хотя тестирование не является обязательным, Департамент здоровья рекомендует лицам, близко контактировавшим с больным, по окончании 10-дневного карантинного периода пройти тестирование на SARS-CoV-2 для выявления возможного бессимптомного течения заболевания.

Указанное в распоряжении требование о соблюдении обязательной самоизоляции по своему месту жительства или месту постоянного пребывания в течение 10 календарных дней, а также требование о прохождении тестирования на коронавирус SARS-CoV-2, вызывающий заболевание COVID-19, не применяется в следующих случаях:

- лицо переболело COVID-19 не более 180 дней назад;
- лицо прошло курс вакцинации против COVID-19, после введения последней дозы вакцины наступила максимальная защита, и с момента введения последней дозы вакцины прошло не более одного года;
- лицо получило одну дозу вакцины после перенесенного заболевания COVID-19, после вакцинации наступила максимальная защита, и с момента введения последней дозы вакцины прошло не более одного года; или же после получения первой дозы вакцины лицо заболело COVID-19, перенесло инфекцию, и с момента прохождения теста на SARS-CoV-2, подтверждающего заболевание, либо со дня подтверждения диагноза прошло не более одного года.

Ниже Вы найдете правила поведения в течение 10-дневного периода наблюдения:

1. Используйте возможности удаленной работы и учебы.
2. Покидать дом или место пребывания разрешается только для:
 - а. приобретения повседневных товаров первой необходимости;
 - б. посещения медицинского учреждения по приглашению врача;
 - в. прогулок на свежем воздухе (в парке, лесу) при условии полного отсутствия контактов с другими людьми;



- г. если результат ПЦР-теста на SARS-CoV-2, проведенного через 10 дней после установленного Департаментом здоровья близкого контакта, оказался отрицательным.
3. Соблюдайте требования гигиены:
- а. регулярно мойте руки теплой водой с мылом и при необходимости дезинфицируйте их, так как вирус может распространяться через загрязненные предметы;
 - б. не прикасайтесь руками к лицу, глазам, рту и носу;
 - в. регулярно проветривайте помещения (не реже двух раз в день по 15 минут за раз);
 - г. при кашле/чихании прикрывайте нос и рот бумажным полотенцем или рукавом (использованную бумагу немедленно выбросьте, а затем вымойте руки).
4. Если вы вынуждены находиться в общественном месте, приобретая необходимые повседневные товары, обязательно носите маску.
5. Если у вас возникли дополнительные вопросы, ознакомьтесь с юридическими актами, устанавливающими ограничения, и при необходимости с пояснениями к ним на сайте www.kriis.ee/et/hadaolukorra-aegsed-oigusaktid.

В детских садах, яслях, общеобразовательных школах и профессиональных учебных заведениях действует упрощенный порядок карантина

- Если близкий контакт с носителем коронавируса произошел в детском саду или яслях, общеобразовательной школе или профессиональном учебном заведении, то дети и подростки, которые не были вакцинированы против COVID-19 и не переболели COVID-19, должны оставаться в карантине на упрощенных условиях. Это означает следующее:
 - дети младше 12 лет могут продолжать посещать общеобразовательные школы и детские сады или ясли без дополнительного тестирования.
 - Дети и подростки в возрасте 12-18 лет (включительно) могут продолжать посещать общеобразовательную школу или профессиональное учебное заведение только при соблюдении следующих условий:
 - следует немедленно пройти экспресс-тест в образовательном учреждении;
 - результат экспресс-теста является отрицательным, а симптомы болезни отсутствуют;
 - через 72 часа после близкого контакта нужно пройти ПЦР-тест (RT-PCR);
 - если тест дал положительный результат, нужно немедленно отправиться на самоизоляцию.
 - В случае положительного результата экспресс-теста на антиген или ПЦР-теста следует связаться с семейным врачом и отправиться на домашнюю самоизоляцию. В этом случае упрощенный порядок карантина более не применяется.
 - В период упрощенного карантина нельзя посещать общественные места (кино, кафе, театр и др.), участвовать в деятельности по интересам и различных мероприятиях. Это означает, что в случае близкого контакта в течение 10 дней можно посещать только детский сад или ясли, общеобразовательную школу или профессиональное учебное заведение.
 - Если учащийся, не прошедший полный курс вакцинации, контактирует с больным за пределами общеобразовательной школы или профессионального учебного заведения, то он должен соблюдать карантин в обычном порядке независимо от возраста.



- Если учащийся не сдал требуемые тесты, он должен соблюдать карантин в обычном порядке.
- Если учащийся переболел COVID-19 или был вакцинирован против него, ему не нужно соблюдать карантин или проходить тестирование на коронавирус.

Если близкий контакт с больным коронавирусной инфекцией произошел в образовательном учреждении или учреждении по работе с молодежью, необходимо как можно скорее сообщить о нем в региональный отдел Департамента здоровья, который даст дальнейшие инструкции.

Северный региональный отдел – PROvastutav@terviseamet.ee, тел. 5557 5808

Южный региональный отдел – Тийа Лухт, заведующая отделом, тел. 55968964, tii.luht@terviseamet.ee.

Восточный региональный отдел – Марье Муузикус, заведующая отделом, тел. 5253 622 marje.muusikus@terviseamet.ee; idaro@terviseamet.ee.

Западный региональный отдел – Кадри Юхкам, заведующая отделом, тел. 58 429 096, kadri.juhkam@terviseamet.ee.

Информация к сведению проживающих с Вами людей: до тех пор, пока у Вас нет симптомов болезни, члены Вашей семьи не обязаны оставаться дома и могут продолжать повседневную деятельность.

Если у Вас или проживающих с Вами людей:

1. **возникли симптомы заболевания¹**, при первой возможности позвоните семейному врачу или обратитесь к специалистам консультационной линии семейных врачей (тел. 1220);
2. сообщите о близком контакте с зараженным COVID-19;
3. опишите семейному врачу свое состояние здоровья и следуйте его указаниям;
4. если состояние вашего здоровья резко ухудшилось, позвоните 112.

NB! При звонке просим обязательно уведомить о предшествующем контакте с больным COVID-19.

При проявлении симптомов болезни просим не обращаться в отделение неотложной помощи больницы и не приходить на прием к семейному врачу лично, а сначала обратиться за рекомендациями и указаниями по лечению заболевания по телефону.

Информацию о коронавирусе можно найти на следующих сайтах:

1. страница Департамента здоровья: www.terviseamet.ee/ru/bolezn-koronavirus-covid-19
2. страница, посвященная кризисной ситуации в связи с коронавирусом: www.kriis.ee/ru/koronavirus-zdravoohranenie

¹ Список симптомов COVID-19 можно найти по ссылке: <https://www.terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus/sumptomid>



Мне известно, что:

на основании ч. 3 ст. 22 Закона о предупреждении инфекционных заболеваний и борьбе с ними (NETS)² борьба с инфекционными заболеваниями и их распространением регулируется постановлением министра социальных дел № 123 от 31.10.2003 г. «Требования к борьбе с инфекционными заболеваниями»³. Согласно пункту 3^{1.2} указанного постановления, все лица, которые близко контактировали с больным COVID-19, должны оставаться дома в самоизоляции в соответствии с решением врача и исходя из указаний Департамента здоровья. Согласно тому же пункту, ребенок с подозрением на COVID-19 должен оставаться дома и его нельзя водить в детские учреждения, в том числе в школу и общественное пространство или территорию, предназначенную для детских игр.

В соответствии с ч. 1 с. 44 Закона о предупреждении инфекционных заболеваний и борьбе с ними органом надзора является Департамент здоровья. В случае несоблюдения требований принимаются меры, указанные в ч. 2 или 3 ст. 28 Закона об охране общественного порядка⁴ (KorS), и/или контрмеры, указанные в ч. 1-2 ст. 46 Закона о предупреждении инфекционных заболеваний и борьбе с ними. В соответствии с ч. 2 ст. 28 Закона об охране общественного порядка максимальная однократная сумма штрафа составляет 9600 евро. В соответствии с ч. 1-2 ст. 46 Закона о предупреждении инфекционных заболеваний и борьбе с ними штраф за нарушение требований по борьбе с инфекционными заболеваниями составляет до 200 штрафных единиц для физического лица и до 32 000 евро для юридического лица.

² См. <https://www.riigiteataja.ee/akt/117052020007?leiaKehtiv>

³ См. <https://www.riigiteataja.ee/akt/115052020021?leiaKehtiv>

⁴ См. <https://www.riigiteataja.ee/akt/106052020013?leiaKehtiv>