**ATMINTINĖ**

 **Nacionalinio visuomenės sveikatos centro (NVSC) specialistai primena, kad asmenys, turėję didelės rizikos sąlytį su užsikrėtusiuoju koronavirusine infekcija (COVID-19), t. y. artimą kontaktą mažesniu nei 2 metrų atstumu ilgiau nei 15 minučių arba tiesioginį fizinį kontaktą, pavyzdžiui, spaudžiant ranką, privalo nedelsiant, be jokių atskirų NVSC nurodymų, izoliuotis.**

Tai reiškia, kad jei, pavyzdžiui, kolegai, su kuriuo sėdėjote vienam kabinete ar bendradarbiui, su kuriuo naudojotės bendromis valgyklos patalpomis pietų metu, patvirtintas koronavirusas, sužinoję apie tai, privalote iš karto izoliuotis. Apie tai, kad turėjote kontaktą tokiu atveju informaciją NVSC turi pateikti užsikrėtusysis.

Žmonės, turėję sąlytį su sergančiuoju COVID-19, NVSC specialistų skambučio turėtų laukti kelias dienas. Jei jie vis dėlto nepaskambina, žmonės turėtų kreiptis NVSC karštosios linijos telefono numeriu ir informuoti apie turėtą sąlytį bei laukti tolimesnių NVSC nurodymų.

Svarbu tai, kad tokiu atveju, kaip minėta anksčiau – kai asmuo turėjo kontaktą su užsikrėtusiu kolega, žmogaus, kontaktavusio su užsikrėtusiuoju, šeimos nariams reikalo izoliuotis nėra, izoliacijoje privalo būti tik tas asmuo, kuris kontaktavo su sergančiuoju. Paprastai tariant, šeimos nariai jau yra vadinamieji kontakto kontaktai, kas nėra laikoma rizika. Tad tokiu atveju žmonės neturėtų nerimauti, laikytis įprastų COVID-19 ligos prevencijos priemonių.

Ta pati sąlyga galioja ir kitais atvejais. Tad, jei, pavyzdžiui, paaiškėja, kad asmuo turėjo kontaktą su sergančiuoju koronavirusu ir vakarojo su draugais kažkokiame susibūrime, tai buvusiems kartu draugams izoliacija nėra taikoma, kadangi jie jokio sąlyčio su patvirtintu COVID-19 atveju neturėjo.

Taip pat NVSC primena, kad turėjusiu sąlytį laikomas 3 dienas iki tol, kol asmeniui, kuriam jau patvirtintas koronavirusas, pasireiškė simptomai, ir dvi savaites po simptomų atsiradimo bendravęs žmogus. Tuo metu, jei žmogus bendravo su sergančiuoju, kuriam koronavirusui būdingi simptomai nepasireiškė, tokiu atveju sąlytį turėjusiu laikomas žmogus, kontaktavęs 72 val. iki tepinėlio sergančiajam, kuris buvo teigiamas, paėmimo ir 14 dienų po tepinėlio paėmimo.

Kitaip tariant, yra vertinama, ar žmogus su sergančiuoju bendravo tuo metu, kai, remiantis moksliniais įrodymais, žmogus kėlė riziką kitam, tai yra – galėjo užkrėsti.

Taip pat svarbu įvertini, kokį sąlytį žmogus turėjo. Paprastai tariant, aiškinantis, ar sąlytis buvo didelės ar mažos rizikos, svarbu įvertinti aplinkybes, t. y. kokiu atstumu, kiek laiko bendrauta, ar naudotasi asmens apsaugos priemonėmis ir kita.

Didelės rizikos sąlytį (artimą sąlytį su COVID-19 atveju) turėjusiu laikomas žmogus, kuris užsikrėtusiuoju bendravo mažesniu nei 2 metrų atstumu ilgiau nei 15 minučių, arba asmuo, turėjęs tiesioginį fizinį kontaktą, pavyzdžiui, spaudęs ranką koronavirusine infekcija sergančiam žmogui.

Taip pat sąlytis vertinamas kaip didelės rizikos, jei žmogus turėjo tiesioginį sąlytį be apsaugos priemonių su užkrėstais COVID-19 atvejo kūno skysčiais. Paprastai tariant – jei sergantysis pakosėjo į veidą, plikomis rankomis liestos COVID-19  atvejo panaudotos vienkartinės nosinės ir pan.

Be to, didelės rizikos kontaktu laikomas ir buvimas uždaroje patalpoje su COVID-19 sergančiu žmogumi ilgiau nei 15 minučių. Tai reiškia, kad jei, pavyzdžiui, vienoje posėdžių salėje, taisyklingai nedėvint asmeninių apsaugos priemonių, buvo užsikrėtęs žmogus, kartu buvę kolegos bus vertinami kaip aukštos rizikos sąlytį turėję asmenys.

NVSC specialistai primena, kad didelės rizikos sąlytį turėję asmenys turi izoliuotis, stebėti savo sveikatą ir, pasireiškus simptomams, kreiptis į Karštąją koronos liniją dėl tyrimo koronavirusinei infekcijai nustatyti atlikimo PGR metodu. Svarbu, kad ne visi didelės rizikos sąlytį turėję asmenys tiriami – tai priklauso nuo infekcijos išplitimo konkrečiame židinyje.

Tuo metu, mažos rizikos sąlytį arba, paprastai tariant – atsitiktinį sąlytį – su užsikrėtusiuoju koronavirusu turėjusiu laikomas žmogus, bendravęs didesniu nei 2 metrų atstumu trumpiau nei 15 minučių. Ta pati sąlyga galioja tiek kontaktui uždarose patalpose, tiek atvirose erdvėse. Taip pat, jei, pavyzdžiui, žmogus važiavo vienu troleibusu su užsikrėtusiu asmeniu, naudojo apsaugos priemones ir iš troleibuso išlipo po 10 minučių, toks sąlytis bus vertinamas kaip maža rizika.

Mažos rizikos sąlytį turėjusiems asmenims izoliacija neskiriama, jie, kaip ir visi Lietuvos gyventojai, turi stebėti savo sveikatą ir laikytis COVID-19 ligos prevencijos priemonių.