



Patarimai COVID-19 (koronavirusu) sergantiems žmonėms ir kontaktinė informacija (Lithuanian)

Šiame lapelyje pateikiama informacija apie COVID-19. COVID-19 yra nauja liga, kurią sukelia virusas, vadinamas koronavirusu. Juo suserga žmonės visame pasaulyje, kartais labai sunkiai. Sergat COVID-19 gali pasireikšti kosulys ir aukšta temperatūra. Taip pat gali būti sunku kvėpuoti arba galite prarasti skonio ar kvapo pojūtį. Dauguma COVID-19 užsikrėtusių žmonių perseraga lengva ligos forma. Kai kurie žmonės gali jaustis sveiki ir visiškai nejaušti, kad serga. Jie net gali nežinoti, kad serga COVID-19.

Visi, užsikrėtę COVID-19, net jei ir jaučiasi sveiki, gali perduoti infekciją kitiems žmonėms. Jeigu užsikrečiate COVID-19, esate žinomas kaip „**atvejis**“. Jei artimai bendraujate su atveju (ypač jei gyvenate tame pačiame kaip atvejis name), esate žinomas kaip „**kontaktas**“. Kontaktams yra rizika užsikrėsti COVID-19 ir susirgti.

Išversti internetiniai šaltiniai – čia rasite patarimų ir pagalbos dėl COVID-19 savo gimtąja kalba

NASC – Migrantų ir pabėgėlių teisių centras

- [COVID-19 pasaulio paslaugos](#) (informaciniai vaizdo įrašai daugeliu kalbų)
- [COVID-19 pasaulio paslaugų „Twitter“](#)

Sveikatos apsaugos paslaugos (HSE)

[COVID-19 išversti šaltiniai](#) (informacija daugeliu kalbų)

Sveikatos apsaugos priežiūros centras (HPSC)

- [COVID-19 išversta informacija ir šaltiniai](#)

Jeigu sergate COVID-19

- Tai reiškia, kad jūsų tyrimas dėl COVID-19 yra **TEIGIAMAS**
- **Privalote izoliuotis 14 dienų**, net jei jums nepasireiškia jokie simptomai. **Tai reiškia, kad privalote likti namuose atskirame kambaryje ir vengti kontakto su kitais žmonėmis.**
- Jei pasijusite blogai, ypač jei taps sunku kvėpuoti, nedelsdami skambinkite gydytojui.
- Jeigu jaučiatės labai blogai – skambinkite greitajai pagalbai tel. 112 arba 999.
- Jei įmanoma, likite atskirame kambaryje su langu, kurį galite atidaryti.
- Dažnai plaukite rankas muilu ir vandeniu arba rankų geliu.
- Jei kosėjate arba čiaudite, užsidenkite burną ir nosį nosine, arba kosėkite ar čiaudėkite į sulenktą alkūnę.

- Nesidalykite savo daiktais su kitais žmonėmis.
- Neleiskite kitiems lankytis jūsų namuose.
- **HSE paskambina visiems, kurių koronaviruso tyrimas yra teigiamas.**
- **HSE paaiškins, ką daryti toliau.**
- **HSE atsakys į visus jūsų klausimus.**

JEIGU ESATE COVID-19 KONTAKTAS

- Tai reiškia, kad turėjote **artimą kontaktą** su COVID-19 užsikrėtusiu asmeniu
- **Privalote likti namuose ir, kiek įmanoma, vengti kontakto su kitais žmonėmis 14 dienų nuo to laiko, kai paskutinį kartą turėjote kontaktą su COVID-19 užsikrėtusiu asmeniu.**
- Mes paskirsime jums atlikti COVID-19 tyrimą. Privalote likti namuose, **net jei tyrimas sakys, kad nesate užsikrėtę COVID-19.** Mes susisieksime su jumis ir pasakysime, ką daryti.
- Mes kasdien atsiųsime jums SMS žinutę, kad primintumėte likti namuose ir patikrinti, ar nepasireiškė kokie nors COVID-19 simptomai.
- Dažnai plaukite rankas muilu ir vandeniu arba rankų geliu.
- Jei kosėjate arba čiaudite, užsidenkite burną ir nosį nosine, arba kosėkite ar čiaudėkite į sulenktą alkūnę.
- Atkreipkite dėmesį į bet kurį iš šių simptomų:
 - naujai prasidėjęs kosulys;
 - dusulys;
 - kvėpavimo sunkumai;
 - aukšta temperatūra (38⁰ C ar didesnė);
 - sloga;
 - gerklės skausmas;
 - skonio pojūčio praradimas;
 - kvapo pojūčio praradimas.
- Jei pasijusite blogai, eikite į savo kambarį ir nedelsdami skambinkite gydytojui.
- Jeigu jaučiatės labai blogai, ypač jei tampa sunku kvėpuoti, skambinkite greitajai pagalbai tel. 112 arba 999.

Pirmajame šio dokumento puslapyje esančiose internetinėse nuorodose pateikiami patarimai jūsų gimtąja kalba. Šie patarimai padės jums pasirūpinti savimi, savo šeima ir žmonėmis, su kuriais gyvenate.