

TESTOVANIE SLEDOVANIE OCHRANA POTREBUJEME PODPORU VŠETKÝCH ĽUDÍ



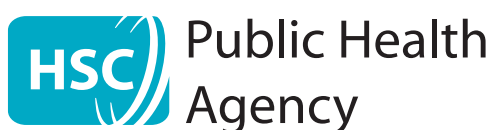
V priebehu pandémie bola vaša podpora pri dodržiavaní verejných zdravotných nariadení dôležitá pri spomalení šírenia koronavírusu. Tým, že ste sa nimi riadili, ste zachraňovali životy. Keďže sa obmedzenia „lockdown“ uvoľňujú, čelíme riziku druhej vlny nákazy. My všetci môžeme pomôcť minimalizovať toto riziko, keď budeme naďalej podporovať verejné zdravotné opatrenia na reguláciu šírenia, ako sú testovanie a sledovanie kontaktov.

Testovanie a sledovanie kontaktov pomáha rozbiť reťaz prenosu vírusu. Prostredníctvom identifikácie ľudí, ktorí boli v blízkom kontakte s niekým, kto bol pozitívne testovaný na koronavírus, a ich sebaizoláciou, môžeme obmedziť ďalšie šírenie (reprodukciu) vírusu. Udržiavanie reprodukčného (R) počtu na nízkej hodnote nám umožní pokračovať v smerovaní k normálnejšiemu rodinnému, pracovnému a spoločenskému životu. Priatelia a rodina sa budú môcť stretávať, a školy a firmy sa môžu znovu otvoriť. Tiež to pomôže chrániť naše zdravotníctvo pred preťažením.

Testovanie a sledovanie kontaktov bude fungovať, len ak sa ho zúčastníme všetci spolu. To znamená:

- dať sa testovať, ak máme symptómy;
- pomôcť pri sledovaní kontaktov;
- sebaizolácia, ak nám ju odporúčajú.

Spolu so sociálnym dištancovaním a hygienickými opatreniami, je testovanie a sledovanie kontaktov najlepšou šancou na ochranu našich komunít pred koronavírusom.



Public Health Agency

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.
Tel: 0300 555 0114 (local rate).
www.publichealth.hscni.net

Find us on:



1



VŠIMNITE SI SYMPTÓMY

Ak máte nový pretrvávajúci kašeľ, horúčku alebo stratu alebo zmenu chuti a čuchu, vy a každý vo vašej domácnosti by ste sa mali okamžite sebaizolovať.

2



POŽIADAJTE HNEĎ O TEST

Navštívte nidirect.gov.uk/coronavirus pre online rezerváciu testu. Zavolajte na číslo 119, ak si nemôžete test rezervovať online.

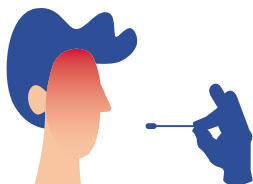
3



IZOLUJTE SA

Izolujte sa počas 10 dní po objavení sa symptómov. Ak pretrváva horúčka, izolujte sa dlhšie (aspoň po dobu 48 hodín potom, ako sa teplota vráti do normálu). Ľudia, s ktorými žijete, by sa mali izolovať 14 dní.

4



DAJTE SA TESTOVAŤ

Testovanie sa vykonáva v testovacích centrách systémom drive through. Musíte prísť autom (nie pešo, verejnou dopravou, taxíkom ani žiadnym iným dopravným prostriedkom). Dostupné sú aj domáce testy.

5



ZÍSKAJTE VÝSLEDKY

Výsledky by ste mali dostať v priebehu 72 hodín. Ak ste negatívne testovaný na koronavírus, celá vaša domácnosť môže ukončiť izoláciu.

6



UVEĎTE PODROBNOSTI

Ak ste pozitívne testovaný na koronavírus, sledovatelia kontaktov Verejnej zdravotníckej agentúry (PHA) vám zavolajú z čísla 028 9536 8888. Opýtajú sa vás, s kým ste nedávno boli v kontakte.

7



PHA INFORMUJE VAŠE KONTAKTY

Ak máte koronavírus, PHA bude kontaktovať ľudí, s ktorými ste mali blízky kontakt. Vaše meno sa nebude zdieľať, pokiaľ k tomu nedáte súhlas. Všetky údaje budú chránené.

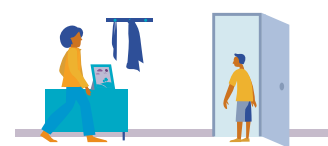
8



OSOBY S BLÍZKYM KONTAKTOM – IZOLÁCIA

Osoby s blízky kontaktom budú požiadané o sebaizoláciu v trvaní 14 dní od času, kedy boli s vami naposledy v kontakte.

9



DOMÁCNOSTI S BLÍZKYM KONTAKTMI

Ak osoba s blízky kontaktom nemá žiadne symptómy, ostatní v domácnosti sa nemusia izolovať. Ak sa u blízkeho kontaktu rozvinú symptómy, mali by dodržiavať tohto sprievodcu a začať krokom 1.

Keď už môžete odísť z domu, nezabudnite sa chrániť a naďalej dodržiavajte zdravotné odporúčania ohľadom správania na verejnosti.

- Umývajte si ruky dôkladne a často a nedotýkajte sa tváre.
- Udržiavajte vzdialenosť od ostatných, keď ste mimo domova.
- Kašlite alebo kýchajte do lakťa alebo vreckovky a vreckovku zahodte do smetného koša.



Môžete šíriť vírus dokonca aj vtedy, keď nemáte symptómy.