

Sveikatos apsaugos ministerija, atsižvelgdama į COVID-19 ligos (koronaviruso infekcijos) epideminę situaciją Lietuvoje ir pasaulyje bei siekdama riboti COVID-19 ligą sukeliančio viruso plitimą visuomenėje, parengė rekomendacijas, kaip elgtis siekiant užkirsti kelią koronaviruso plitimui.

SAM primena, kad viešose uždaroose vietose, nosį ir burną dengiančių apsaugos priemonių dėvėjimas yra privalomas. Gyventojai raginami kuo dažniau plauti rankas su muilu ir vandeniu, naudoti dezinfekavimo priemones, laikytis kosėjimo, čiaudėjimo etiketo. Labai svarbu rūpintis aplinkos higiena, dažnai vėdinti patalpas, kasdien valyti naudojamus paviršius tiek gyvenamojoje, tiek darbo vietoje.

Pasireiškus ūminiams viršutinių kvėpavimo takų infekcijos požymiams, būtina likti namuose bei konsultuotis Karštąja koronaviruso linija (tel. 1808), arba susisiekti konsultacijai su savo šeimos gydytoju. Lankantis parduotuvėse, vaistinėse, turguose, kitose viešose atvirose ir uždaroose vietose patartina laikytis saugaus, ne mažesnio kaip 2 metrų atstumo nuo kitų žmonių.

Po artimo sąlyčio su sergančiuoju COVID-19 liga, izoliacija būtina namuose ar kitoje gyvenamojoje vietoje 14 dienų po paskutinės sąlyčio dienos. Izoliavimosi taisyklių privaloma griežtai laikytis visą izoliavimosi laikotarpį.

Būnant viešose vietose raginama vengti tiesioginio kontakto su žmonėmis, su kuriais įprastai nebendraujama, taip pat, jei įmanoma, rekomenduojama vengti masinių susibūrimų. Prioritetą patariama skirti veikloms atvirose erdvėse.

Organizuojant didelę asmeninę šventę, esant galimybei, rekomenduojama ją nukelti. Kitu atveju, patariama apriboti dalyvių skaičių, užtikrinti, kad dalyvaujantiems asmenims nėra pasireiškusių kvėpavimo takų infekcijos požymių. Šventės dalyvių prašoma laikytis kosėjimo bei čiaudėjimo etiketo, rankų higienos bei saugaus atstumo.

Keliautojams rekomenduojama atidėti nebūtiną vietinę bei tarptautinę kelionę. Rengiantis kelionei, patariama įvertinti COVID-19 ligos (koronaviruso infekcijos) epideminę situaciją konkrečioje šalyje, kelionės būtinybę bei galimo karantino (izoliacijos) riziką grįžus į Lietuvą. Kelionės metu raginama vengti kontakto su sergančiais asmenimis, laikytis higienos, vartoti saugų maistą ir vandenį.

Sergantieji lėtinėmis ligomis ir vyresni nei 65 metų žmonės yra labiausiai pažeidžiama gyventojų grupė, turinti didelę sunkių komplikacijų riziką užsikrėtus koronavirusu. Šių gyventojų grupių asmenims rekomenduojama užtikrinti kuo mažesnę kontaktą su kitais

asmenimis, vengti masinio susibūrimo vietų, rūpintis higiena, jei įmanoma, pasinaudoti paslaugomis, kurios teikiamos nuotoliniu būdu.

Vyresniems nei 6 metų amžiaus asmenims privaloma dėvėti nosį ir burną dengiančias apsaugos priemones viešose uždaroje vietose (viešajame transporte, parduotuvėse, paslaugų gavimo vietose ir pan.), išskyrus atvejus, kai paslaugos negalima suteikti paslaugos gavėjui būnant su kauke. Kaukės dėvėti nereikia sportuojant sporto klubuose ir lankantis laisvalaikio bei pramogų parkuose, kai paslaugos teikimas dėvint kaukę neįmanomas. Veido kaukių leidžiama nedėvėti neįgalumą turintiems asmenims, kurie dėl savo sveikatos jų dėvėti negali, ar jų dėvėjimas gali pakenkti asmens sveikatai.

Veido kaukes būtina užsidėti taip, kad jos pilnai dengtų burną ir nosį. Dėvint kaukę svarbu neliesti jos rankomis, o ją palietus ar nusiėmus, būtina nusiplauti rankas. Vienkartinių kaukių pakartotinai naudoti negalima, panaudojus – išmesti.

Išpėjame, jog už šių taisyklių pažeidimą asmenys gali būti traukiami į administracinę atsakomybę, o skiriama bauda gali siekti nuo 500 iki 1000 eurų.

Išsamesnes rekomendacijas, kaip apsisaugoti nuo koronaviruso rasite čia:

[https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/2020-08-10_rekomendacijos_gyventojams%20\(002\).pdf](https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/2020-08-10_rekomendacijos_gyventojams%20(002).pdf)

