

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 28.03.21

Informācija personām, kuras saņēmušas paziņojumu palikt mājās izolācijā, karantīnā vai gaidīšanas karantīnā

Lielākā daļa personu, kuras inficējas ar koronavīrusu (Covid-19), saslimst vieglā formā, taču citiem saslimšana noris smagi un sliktākajā gadījumā var beigties letāli. Tādēļ mēs cenšamies palēnināt infekcijas izplatīšanos sabiedrībā.

Lai apturētu infekcijas turpmāku izplatīšanos, personām, kuras inficējušās ar koronavīrusu, ir pilnībā jāizolējas no citiem. Tiem, par kuriem ir aizdomas, ka viņi varētu būt inficējušies, jāievēro karantīna.

Izolācija un karantīna nav izvēles pasākumi. Ja tu saņem ārsta vai savas pašvaldības paziņojumu, ka tev jāievēro karantīna vai izolācija, tev ir jāievēro attiecīgie ieteikumi un noteikumi. Pretējā gadījumā var tikt piemērot sods vai apcietinājums. Tevi var lūgt palikt mājās arī tad, ja tas nav paredzēts likumā.

Ko nozīmē atrasties izolācijā?

Ja esi inficējies ar koronavīrusu, saņemsi ziņu, ka jāievēro izolācija. Tas nozīmē, ka nedrīksti uzturēties citu cilvēku tuvumā, arī ne to personu, ar kurām tu dzīvo kopā. Tev jāuzturas un jāēd atsevišķā istabā, vēlams nelietot kopīgu vannas istabu, tualeti un virtuvi ar citām personām. Tev ir aizliegts doties ārā. Maziem bērniem vai personām, kurām veselības apsvērumu dēļ ir nepieciešama palīdzība, ir jāsaņem parastā aprūpe.

Ja tev nav pieejama izolācijai piemērota vieta, pašvaldība tev palīdzēs tādu atrast.

Izolācija ir jāievēro tik ilgi, kamēr ārsts apstiprina, ka tu vairs nevari inficēt citus. Ja jūties ļoti slikti vai arī nepieciešama ārsta palīdzība, sazinies ar ārstu vai neatliekamo palīdzību (tālrunis 116 117). Dažiem var kļūt tik slikti, ka ir nepieciešama hospitalizācija. Par to lemj ārsts.

Ja esi saņēmis paziņojumu, ka esi inficējies ar koronavīrusu, pašvaldība ar tevi sazināsies, lai veiktu tā saucamo "infekcijas izsekošanu". Infekcijas izsekošana ir būtiska infekcijas apturēšanai. Visām personām, ar ko tu dzīvo kopā vai arī esi bijis tuvā kontaktā pēdējā laikā, ir jāievēro karantīna.

Uz pašvaldību attiecas konfidencialitātes pienākums. Svarīgi, lai jūs viens otru saprastu, tādēļ neskaidrību gadījumā uzdod jautājumus. Ja ir valodas grūtības, tev ir tiesības lūgt tulka palīdzību. Tulka pakalpojumi ir bez maksas.

Ko nozīmē atrasties karantīnā?

Ja saņem ziņu, ka esi kontaktējies ar inficētu personu, tev jāievēro karantīna. Tas pats attiecas arī uz gadījumiem, kad tu ierodies Norvēģijā no lielākās daļas valstu. Karantīna nozīmē, ka tev ir jāietur pietiekama distance no visiem, ar ko tu dzīvo kopā. Izņēmums var būt mazi bērni un personas, kurām veselības apsvērumu dēļ nepieciešama palīdzība — viņiem ir jāsaņem tāda pati aprūpe kā parasti.

Ierodoties Norvēģijā, lielākajai daļai ir jāpavada noteikts dienu skaits karantīnas viesnīcā, par kuru pašiem arī jāmaksā. Ja tu ievēro karantīnu mājās, tev ir jābūt atsevišķai istabai un tu nedrīksti

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 28.03.21

izmantot koplietošanas telpas, kad tajās uzturas pārējie. Ja tas nav iespējams tavā dzīvesvietā, tu vari saņemt piedāvājumu ievērot karantīnu citur, piemēram, karantīnas viesnīcā.

Tu nedrīksti apmeklēt skolu, iet uz darbu vai piedalīties citās aktivitātēs.

Tu nedrīksti arī izmantot sabiedrisko transportu (autobusu, tramvaju, metro, vilcienu, lidmašīnu vai prāmi).

Tu drīksti viens pats doties pastaigās, ievērojot 2 metru distanci no pārējiem.

Tev ir jālūdz citus veikt tavā vietā iepirkumus vai arī jāpasūta ēdiens ar piegādi mājās. Ja tev ir neatliekama vajadzība iegādāties nepieciešamās pārtikas preces vai medikamentus, tas ir atļauts, taču tev jāievēro distance un jālieto sejas maska.

Tev ir jāveic tests, gan uzsākot karantīnu, gan pirms tās pabeigšanas, kā arī nekavējoties, ja tev parādās saslimšanas ar koronavīrusu simptomi. Koronavīrusa tests šādā gadījumā ir bez maksas. Ja karantīnas laikā tev parādās saslimšanas ar koronavīrusu simptomi, visticamāk, esi inficējies. Tev ir jāievēro izolācija, līdz saņemsi testa rezultātu. Ja jūties slims vai tev ir nepieciešama ārsta palīdzība, gaidot testa rezultātus, sazinies ar ārstu.

Karantīna parasti ir jāievēro 10 dienas pēc ierašanās Norvēģijā vai pēdējā kontakta ar inficētu personu. Ja testa, kuru veic 7 dienas pēc ierašanās valstī vai kontakta ar inficētu personu, rezultāts ir negatīvs un tev nav simptomu, karantīnas periods ir beidzies.

Ko nozīmē atrasties gaidīšanas karantīnā?

Ja tu dzīvo kopā ar kontaktpersonu, tev jāievēro gaidīšanas karantīna, līdz šī kontaktpersona saņem pirmā testa rezultātu. Ja kontaktpersonas pirmā testa rezultāts ir negatīvs, tev vairs nav jāievēro gaidīšanas karantīna. Ja kontaktpersonas testa rezultāts ir pozitīvs, tev jāievēro parastā karantīna, kas ir ilgāka (skatīt iepriekš).

Ja kontaktpersona, ar kuru tu dzīvo kopā, ir mazāk nekā 2 gadus veca, vai arī citu iemeslu dēļ nav iespējams veikt šīs kontaktpersonas testu, gaidīšanas karantīnu vari izbeigt, veicot testu ne ātrāk kā 3 dienas pēc kontaktpersonas pēdējā kontakta ar inficētu personu. Kad kontaktpersona, ar kuru tu kopā dzīvo, beidz ievērot karantīnu, vari izbeigt savu gaidīšanas karantīnu.

Ja karantīnas laikā kontaktpersonai parādās saslimšanas ar koronavīrusu simptomi, visticamāk, viņa ir inficējusies. Tādā gadījumā tev, kas dzīvo kopā ar kontaktpersonu, ir jāievēro karantīna līdz kontaktpersona saņem negatīvu testa rezultātu.

Ja tu esi gaidīšanas karantīnā, tev jāievēro tādi paši noteikumi kā parastajā karantīnā. Proti, tev jāpaliek mājās, jāievēro distance attiecībā pret citiem pieaugušajiem un gados vecākiem bērniem, ar kuriem tu dzīvo kopā.

Saņem jaunāko informāciju!

Iestādes lūdz visus Norvēģijā dzīvojošos izlasīt svarīgāko informāciju par koronavīrusu vietnēs www.fhi.no un www.helsenorge.no. Informācija bieži mainās. Informācija ir pieejama dažādās valodās. Dažādās pašvaldībās ieteikumi var atšķirties. Tādēļ ir svarīgi saņemt jaunāko informāciju, kas attiecas uz tavu pašvaldību. Ja tev ir grūtības saprast informāciju, aicinām lūgt palīdzību pārtulkot to.