

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 02.07.21

Pokud dostanete pokyn, abyste zůstali doma v izolaci nebo karanténě

Většina lidí, kteří se nakazí koronavirem (COVID-19), má pouze mírné příznaky, u někoho však může mít onemocnění závažnější průběh a někdo je ohrožen i na životě. Proto se snažíme šíření nákazy ve společnosti zpomalit.

Aby se zabránilo dalšímu šíření nákazy, musí se lidé s koronavirem zcela izolovat od ostatních osob. Každý, kdo se domnívá, že může být nakažený, musí zůstat v karanténě.

Izolace ani karanténa nejsou otázkou volby. Pokud vám lékař nebo úřady obce, ve které žijete, nařídí karanténu nebo izolaci, máte povinnost dodržovat příslušná pravidla a doporučení. Každému, kdo pravidla nedodrží, může být uložena pokuta nebo trest odnětí svobody. Můžete být také požádáni, abyste zůstali doma, aniž by to nařizoval zákon.

Co znamená izolace?

Pokud se nakazíte koronavirem, dostanete pokyn, abyste se izolovali. To znamená, že byste neměli pobývat ve společnosti jiných lidí, a to ani těch, se kterými žijete ve společné domácnosti. Měli byste být o samotě v samostatném pokoji, v tomto pokoji byste měli i jíst, a pokud možno byste neměli používat ani stejnou koupelnu, toaletu a kuchyň jako ostatní. Nesmíte chodit ven. Je třeba zajistit obvyklou péči o malé děti a osoby, které potřebují pomoc.

Nemáte-li žádné vhodné místo, kde se můžete izolovat, úřad vaší obce vám pomůže nějaké sehnat.

Izolace trvá do té doby, než vám lékař potvrdí, že již nemůžete nakazit jiné osoby. Pokud se cítíte velmi špatně nebo potřebujete lékařskou pomoc, kontaktujte lékaře nebo lékařskou pohotovost (telefon 116 117). U některých lidí má onemocnění tak závažný průběh, že potřebují hospitalizaci. O hospitalizaci rozhoduje lékař.

Pokud se zjistí, že máte koronavirus, pracovníci obecního úřadu vám zavolají kvůli „trasování kontaktů“. Tento postup pomáhá výrazně omezit šíření nákazy. Všechny osoby, se kterými žijete ve společné domácnosti, a všichni, s kým jste byli v poslední době v blízkém kontaktu, budou muset jít do karantény.

Pracovníci obecního úřadu mají povinnost zachovávat důvěrnost. Při hovoru je důležité, abyste si s volajícím pracovníkem navzájem porozuměli, proto se nebojte na cokoli zeptat. Pokud špatně rozumíte kvůli jazykové bariéře, můžete požádat o bezplatné tlumočení.

Co znamená karanténa?

Pokud se zjistí, že jste byli vystaveni riziku nákazy, musíte jít do karantény. Karanténa je povinná i v případě, že přicestujete do Norska z některých zemí. Karanténa znamená, že máte povinnost držet si fyzický odstup od ostatních lidí, včetně osob, se kterými bydlíte ve společné domácnosti. Výjimku lze udělat u malých dětí a lidí, kteří potřebují pomoc – o ty je třeba pečovat stejně jako jindy.

Po příjezdu do Norska musí většina lidí několik dnů zůstat v karanténním hotelu, a to na vlastní náklady. Pokud se chystáte absolvovat karanténu doma, v ideálním případě byste měli mít vlastní pokoj a nepoužívat společné prostory ve stejnou chvíli jako ostatní. Pokud ve vašem bydlíšti není

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 02.07.21

možné tyto požadavky dodržet, může vám být nabídnuto jiné místo pobytu, například karanténní hotel.

Neměli byste chodit do školy nebo do práce a neměli byste se účastnit žádných jiných aktivit.

Nesmíte používat hromadnou dopravu (autobusy, tramvaje, metro, vlaky, leteckou dopravu, trajekty).

Můžete o samotě vyjít ven, ale neměli byste se přibližovat k jiným lidem na vzdálenost menší než 2 metry.

Pokud potřebujete nakoupit, měli byste někoho požádat, aby to udělal za vás, nebo si nechat nákup doručit domů. Pokud si nezbytně musíte jít nakoupit potraviny nebo léky, dodržujte odstup od jiných lidí a mějte nasazenou ochranu dýchacích cest.

Na začátku a před koncem karantény byste měli absolvovat test. Test byste měli absolvovat také v případě, že se u vás projeví příznaky koronaviru, a to co nejdříve. V těchto případech je test na koronavirus zdarma. Pokud se u vás projeví příznaky koronaviru během pobytu v karanténě, jste pravděpodobně nakaženi. Dokud vám nepřijdou výsledky testu, musíte zůstat v izolaci. Pokud během čekání na výsledek testu onemocníte nebo budete potřebovat lékařskou pomoc, kontaktujte lékaře.

Karanténa po příjezdu do Norska nebo po posledním vystavení riziku nákazy obvykle trvá 10 dnů. Pokud obdržíte negativní výsledek testu absolvovaného nejméně 7 dnů po příjezdu nebo po vystavení riziku nákazy a pokud se u vás za tu dobu neprojeví žádné příznaky, karanténa pro vás končí.

Sledujte aktuální informace!

Úřady žádají všechny obyvatele Norska, aby sledovali důležité informace a doporučení ohledně koronaviru na webových stránkách www.fhi.no a www.helsenorge.no. Doporučení se mohou často měnit. Informace jsou k dispozici v různých jazycích. Doporučení se mohou lišit obec od obce. Proto je důležité, abyste měli neustále přehled o tom, co platí zrovna ve vaší obci. Máte-li potíže informacím porozumět, požádejte někoho, aby vám je pomohl přeložit.