



Slimību profilakses un
kontroles centrs

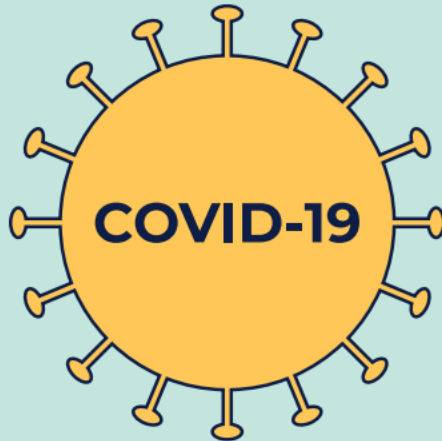
Covid-19 un droša bibliotēkas vide

08.11.2021



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Kas ir Covid-19 infekcija?



Covid-19 ir slimība,
kuru izraisa jauns
koronavīruss.

Tā ir vīrusu grupa, kas atrasta gan dzīvniekiem, gan cilvēkiem. Cilvēkiem koronavīrusu infekcijas tiek reģistrētas visu gadu, īpaši rudenī un ziemā.

Cilvēku organismi uz tām reaģē dažādi - sākot no vieglām elpceļu saslimšanām līdz nopietnām komplikācijām (pneimonijas, nieru mazspējas) un pat nāvei.



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Kā izplatās Covid-19?

Vīruss izplatās ar inficēta **cilvēka siekalām un deguna izdalījumiem:**

- Tiešā kontaktā ar inficētu personu.
- Ar sīkiem pilieniem, kas rodas runājot, šķaudot vai klepojot.
- Pieskaroties virsmām un priekšmetiem, kas piesārņoti ar elpceļu izdalījumiem.



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Cik ilgs ir Covid-19 inkubācijas periods?

Inkubācijas periods ir laika posms starp inficēšanos un slimības sākumu.

Pirms parādās pirmie simptomi, cilvēks jau var būt kādu laiku inficējies ar Covid-19, pašam to nezinot!

Covid-19 inkubācijas periods ir **no 2 līdz 14 dienām**, visbiežāk pirmās saslimšanas pazīmes parādās aptuveni 5 dienu laikā.





Slimību profilakses un
kontroles centrs

Vai vīruss ir lipīgs inkubācijas periodā?

Ir pierādīts, ka ar Covid-19 inficēts cilvēks var aplipināt citus brīdī, kad viņam parādās gripai līdzīgi simptomi - drudzis, klepus, kakla sāpes, kaulu sāpes.

Cilvēks ir bīstams apkārtējiem arī 2 dienas pirms parādījās pirmie slimības simptomi!



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Augsts inficēšanās risks (kontaktpersonas pakļautas mājas karantīnai)

- Tiešs kontakts ar Covid-19 gadījumu divu metru attālumā ilgāk par 15 minūtēm 24 stundu laikā (t. sk. atkārtoti kontakti, kas kopā (summāri) ilgst vairāk par 15 minūtēm)
- Fizisks kontakts ar Covid-19 gadījumu (piemēram, rokasspiediens)
- Tieša saskare ar Covid -19 gadījuma izdalījumiem (piemēram, personai klepojot)
- Atrašanās slēgtā vidē (piemēram, mājsaimniecībā, klasē, sanāksmju zāle, slimnīcas uzgaidāmā telpa u.tml.) vai braukšana kopā ar Covid-19 gadījumu ilgāk par 15 minūtēm vienā transportlīdzekļa salonā



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Zems inficēšanās risks (kontaktpersonas nav pakļautas mājas karantīnai)

- Klātienes kontakti mazāk nekā 15 minūtes divu metru attālumā ar Covid-19 gadījumu
- Atrašanās slēgtā vidē vai braukšana kopā ar Covid-19 gadījumu mazāk par 15 minūtēm vienā transportlīdzekļa salonā
- Veselības aprūpes darbinieks vai cita persona, kurš veic Covid-19 pacienta tiešu aprūpi vai laboratorijas darbinieks, kurš strādājot ar Covid-19 pacientu, pareizi izmantoja individuālos aizsardzības līdzekļus un sekoja labai roku higiēnas praksei.

ECDC dokuments «*Contact tracing in the European Union: public health management of persons, including healthcare workers, who have had contact with COVID-19 cases – fourth update*», 28.10.2021.

- Kontaktpersonu apzināšana un testēšana ir būtisks sabiedrības veselības pasākums agrīnai Covid-19 diagnostikai un tālākas pārnesšanas pārtraukšanai
- Operatīva COVID-19 gadījuma kontaktpersonu identificēšana
- Kontaktpersonu informēšana par karantīnas un piesardzības pasākumiem
- Visu augsta inficēšanās riska kontaktpersonu testēšana neatkarīgi no tā, vai šie cilvēki ir vakcinēti vai nevakcinēti, pēc iespējas ātrāk pēc identificēšanas, lai varētu tālāk izsekot šo cilvēku kontaktpersonas
- Visu nevakcinēto zema inficēšanās riska kontaktpersonu testēšana
- Testēt visas kontaktpersonas, kas kļūst simptomātiski



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Būtiskie profilakses un kontroles pasākumi

- ikdienā ievērot piesardzības pasākumus un higiēnas prasības mazgāt un dezinficēt rokas, neskarties ar rokām pie sejas (jo īpaši pie mutes, deguna un acīm)
- ievērot fizisko distancēšanos un saslimšanas vai saslimšanas aizdomu gadījumā ievērot karantīnas noteikumus
- sastādīt apmeklētāju sarakstus kontaktpersonu apzināšanai
- sadarboties ar epidemiologu infekcijas gadījumu/uzliesmojumu epidemioloģiskās izmeklēšanas gaitā
- ievērot epidemiologu norādījumus/ieteikumus

Būtiskie profilakses un kontroles pasākumi(1)

Tā kā Covid-19 daļiņas uz virsmas spēj izdzīvot pat līdz pat vairākām dienām, ieteicams :

- rūpīgi attīrīt un dezinficēt visus priekšmetus un virsmas, kurām bieži pieskaras cilvēki, durvju rokturus, krānus, sienas un logu virsmas, kā arī tālruņus, planšetdatorus u.c.
- vēdināt telpas
- iespēja organizēt grāmatu nodošanu/izsniegšanu lasītājiem bezkontakta veidā
- virsmu tīrīšanai izmanto vienreiz lietojamas drānas/švammes, lupatiņas, salvetes
- beidzot telpas uzkopšanu, veic arī telpu uzkopšanas aprīkojuma tīrīšanu un dezinfekciju.

Drošības pamatprincipi ir nemainīgi visiem

- Izolācija
- Karantīna
- Pašizolācija
- Distancēšanās
- Pareiza masku lietošana



Aktualitātes par Covid-19

Vakcinācija pret Covid-19 Latvijā

Drošība karstajā laikā

Kampanjas

Vēža skrīnings

Antibiotiku lietošana

Cilvēka papilomas vīruss

Veselīgs uzturs

HIV profilakses punkti

Kaitīgie ieradumi

Psihiskā veselība

Fiziskās aktivitātes

Rekomendācijas

Publicēts: 22.12.2020.

Izglītības iestādēm [↗](#)



Darba devējiem [↗](#)



Tīrīšana un dezinfekcija [↗](#)



Masku lietošana [↗](#)



Publisko pakalpojumu sniedzējiem [↗](#)





Aktualitātes par Covid-19

Vakcinācija pret Covid-19 Latvijā

Drošība karstajā laikā

Kampaņas

Vēža skrīnings

Antibiotiku lietošana

Cilvēka papildomas vīruss

Veselīgs uzturs

HIV profilakses punkti

Kaitīgie ieradumi

Psihiskā veselība

Fiziskās aktivitātes

Traumatisms

Jaunās psihoaktīvās vielas


Pacientam par pacientu drošību


Mobilā zobārstniecība

Kontaktpersonu ziņošana

Atskaņot tekstu

Publicēts: 22.12.2020.

 [Ieteikumi iestādei vai uzņēmumam, ja darbiniekam kontaktēts Covid-19](#)  

 [Datu šifrēšana konfidenciālas informācijas iesniegšanai](#)  

 [Covid-19 inficētas personas kontaktpersonu saraksts](#)  

Informāciju sūtīt uz kontaktpersona@spkc.gov.lv





Slimību profilakses un
kontroles centrs

Informācija

Rekomendācijas

<https://www.spkc.gov.lv/lv/rekomendacijas>

Testēšana

<https://www.spkc.gov.lv/lv/valsts-apmaksatas-covid-19-analizes>

Kontaktpersonu ziņošana

<https://www.spkc.gov.lv/lv/kontaktpersonu-zinosana>

Aktualitātes par Covid-19

<https://www.spkc.gov.lv/lv/aktualitates-par-covid-19>



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Paldies par uzmanību!

Informācija par epidemioloģiskās uzraudzības aktualitātēm SPKC
tīmekļvietnē: <https://www.spkc.gov.lv>