

Karantén: mit jelent és mikor szükséges?

Karantén- talán az utóbbi napok legriasztóbb kifejezése, de mit jelent valójában?

Vállalhatjuk mi magunk, ajánlhatják, kötelezhetnek erre a hatóságok, vagy súlyosabb esetben ezt kényszerintézkedési helyhez, kórházhoz is köthetik. A koronavírus cseppfertőzéssel és nagyon gyorsan terjed, ezért a tömeges járvány megelőzéséhez az a legfontosabb, hogy ne fertőzzük meg egymást. Szakemberek szerint az egész eljárás szemlélete a legfontosabb: hogy én megértsem mi és miért történik, mi a célja és akkor egészen másként tudok tekinteni bármiféle intézkedésre.

Ne érintkezz másokkal!

A karantén lényege, hogy ne érintkezzünk másokkal. Ez mérsékelheti a világjárványt okozó koronavírus terjedési sebességét. Vannak, akik tünetmentesen hordozzák a kórokozót, és vannak olyan tünetek, körülmények, melyek azt sugallják, hogy mi is fertőzöttünk lehetünk.

Az izoláció viszont ugyanúgy védhet minket is, ahogy a közösséget. Dr. Spányik András a Doktor24 orvosigazgatója szerint nagyon fontos, hogy mi magunk megértsük, hogy miért van szükség bármilyen korlátozó intézkedésre. **Ha ugyanis belátjuk, hogy ez a magunk, illetve szeretteink védelmét szolgálja, már nem börtönként élünk meg bármilyen fokú izolációt.**

„A karanténnak, vagy, ahogy a napokban többször is alkalmazott, még fenyegetőbben hangzó vesztegzárnak több fokozata van. A legenyhébb, ha mi magunk, egyszerűen józan paraszti ésszel úgy döntünk egy eddig még nem tapasztalt, valóban világjárvány esetén, hogy ha nem életbevágó, akkor nem megyünk el otthonról, illetve lehetőség szerint minimalizáljuk másokkal a kontaktust. Így védve magunkat, szeretteinket és segítjük a járvány megfékezését. Ennél eggyel erősebb fokozatot jelent, amikor azt gondolom, hogy esélyem van arra, hogy a fertőzést elkaptam. Azt kell legelőször végiggondolnunk, **találkozhattunk-e új koronavírusal fertőzött emberrel, jártunk-e például később vesztegzár alá vont településeken.** Ha jártunk ilyen területen, és találkoztunk emberekkel, akiknek a 2 méteres közelében legalább 15 percet eltöltöttünk, akkor az már jelentős kockázatnak minősülhet. Ebben az esetben feltétlenül indokolt az önkéntes izoláció! Ilyenkor semmiképpen sem szabad személyesen orvoshoz menni, ehelyett érdemes telefonon felhívni házi orvosunkat, aki el fog látni a szükséges információkkal és tanácsokkal” - sorolja Spányik doktor. „Ha úgy döntünk, hogy tünetmentességünk ellenére is szeretnénk biztosra menni, akkor legalább 14 napra kell

elzárkóznunk a külvilágtól, ami egyben azt is jelenti, hogy **sem iskola, sem munkahely, de még csak az se jöhet szóba, hogy a közeli kisboltba leugorjunk**. Természetesen ilyenkor egy családot egységként kell kezelnünk, vagyis ha hárman élnek egy lakásban, akkor nyilván nem egymással kell megszakítani a kontaktust, de azért az alapvető higiéniai szabályokat ekkor is be kell tartani - teszi még hozzá Dr. Spányik András.

Mi történik, amikor a hatóság javasolja, vagy rendeli el a zárlatot?

A hatóság is javasolhatja, ahogy most alapesetben ez a helyzet világszerte és itthon is, hogy maradjunk otthoni közegben. Illetve kötelezhet erre. Ilyen hatósági házi karanténra kötelezik már azokat a magyar állampolgárokat is, akik vesztegár alá helyezett helyről – például Olaszországból – térnek haza az ország területére, még akkor is, ha tünetmentesek. Ők a magyar határ átlépésekor kötelező egészségügyi vizsgálaton esnek át. Akiknél az egészségügyi vizsgálat az új koronavírus-fertőzés gyanúját állapítja meg, azt a mentő kórházba szállítja, azonban akiknél a fertőzés gyanúja nem merül fel, ők is kötelesek 14 napra lakóhelyükön vagy tartózkodási helyükön **hatósági házi karanténra alávetni magukat**. Ez a módszer a járványügyi szakemberek szerint a megfelelő eszköze a világjárvány megfékezésének.

Hatósági házi karantén: jelzi a piros lap, NE lépj be

A hatósági házi karantén elrendelése esetén a határátkelőhelyeken a rendőrség átad egy hatósági kötelezést, ami alapján az országba lépéskor az érintett személynek hatósági házi karanténban kell maradnia 14 napra, és a bejáratú ajtóra köteles kiragasztani a számára átadott „piros lapot” (hatósági figyelmeztető feliratot). A hatósági házi karanténra vonatkozó szabályok betartását a rendőrség ellenőrzi. Ezt járványügyi megfigyelésnek hívjuk. Ha bárki megszegi a karantén szabályait, akkor bűncselekményt, vagy szabálysértést követ el. Légúti tünetek, például láz, köhögés, légszomj megjelenése esetén kötelesek vagyunk azonnal a háziorvost vagy az ügyeletes orvost telefonon hívni, s a tőle kapott utasításoknak megfelelően eljárni. A háztartási szemetet dupla zsákba helyezve kell a szemétkukába tenni. Postát, áruszállítót fogadhatunk, az ajtóban átvehetjük a küldeményt, mert ezek az esetek nem számítanak szoros kontaktusnak. Természetesen, ha egyedül élünk, segítségre lesz szükségünk, aki bevásárol, vagy adott esetben elmegy helyettünk a patikába. Ételt és bevásárlást is rendelhetünk, csak arra figyeljünk, hogy ne lépjünk közvetlen kontaktusba egyik segítőkkel sem. Érdemes a barátoknak vagy az éttermeknek, boltoknak online fizetni, átutalni a pénzt. Bárki is hozza az ételt, a csomagot, kérjük meg, hogy a csöngetés után ne a kezünkbe, inkább csak a földre

helyezze le, távolodjon el legalább 2 méterre, s mi majd felvesszük a termékeket, ha már biztonságos. Az, aki ilyen karanténban van, és az ellátását nem tudja megoldani, az önkormányzattól kérhet segítséget.

Abban az esetben, ha a mentők viszik be koronavírus gyanújával a fertőzésre gyanús személyt, akkor nagy esély van arra, hogy egy ideig kórházi megfigyelés alá kerül — a járványügyi szabályoknak megfelelően. Van az a karantén fokozat, amikor már egy kerületet, várost vagy egy adott lakosságcsoporthat akarnak elkülöníteni az egészséges lakosságtól, azaz nem lehet a körzetet elhagyni, és rendszeresen ellenőrzik az itt élőket. Ez zajlott az elmúlt hetekben Észak-Olaszországban, vagy korábban Kínában, ahol egész tartományokat zártak el, és körzetekre lebontva szervezik meg az emberek ellátását és az egészségügyi ellenőrzésüket.

Mi a helyzet a kilinccsel, mozgólépcső használatával, vagy mondjuk a házi kedvenceinkkel?

Önmagában az emberi kontaktus az elsődleges fertőzés forrása. Ezt kell a következő időszakban elsősorban elkerülni. Természetesen segít, ha fertőtlenítőszerrel vétezzük fel magunkat, védőkesztyűt húzunk. Ahogy az is, ha a kutyasétáltatás után megmossuk kedvencünket, ők viszont legfeljebb úgy hordozhatják a vírust, ha érintkeztek bármilyen emberi váladékkal, eldobott étellel, vagy bármilyen ember által érintett szeméttel.

Doktor24 Egészségközpont