



10 dni licząc od dnia następującego po dniu styczności ze źródłem zakażenia albo 10 dni po dniu przekroczenia granicy zewnętrznej UE – tyle trwa kwarantanna po zmianie, która nastąpiła od 2 września. Państwowy powiatowy inspektor sanitarny, w uzasadnionych przypadkach, może zdecydować o skróceniu albo zwolnieniu z obowiązku odbycia obowiązkowej kwarantanny. Ministerstwo Zdrowia opublikowało jesienną strategię walki z epidemią koronawirusa.

W trakcie kwarantanny nie można zmienić miejsca pobytu. Za nieprzestrzeganie kwarantanny grozi grzywna do 30 tys. zł.

Główny Inspektorat Sanitarny przypomina, że należy przestrzegać zasad:

1. Zostań w domu – pod żadnym pozorem nie wychodź z domu! Nie przyjmuj nikogo. Jeśli w domu są osoby bliskie, które miały z Tobą kontakt po tym, jak zetknąłeś się z koronawirusem, one też podlegają kwarantannie.
2. jeśli musisz mieć kontakt z kimś, zachowuj odstęp min. 1,5 m.
3. monitoruj swój stan zdrowia:
 - - regularnie mierz temperaturę,
 - zwracaj uwagę na Twoje samopoczucie, czy nie masz problemów z oddychaniem, bólów mięśni, kaszlu lub innych niepokojących objawów,
 - jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości, zasięgnij teleporady medycznej.

Źródło i szczegóły zasad kwarantanny i izolacji:

<https://www.gov.pl/web/gis/zasady-odbywania-kwarantanny-i-izolacji-obowiazujace-od-2-wrzesnia-2020-r>

Ministerstwo Zdrowia 3 września opublikowało jesienną strategię walki z epidemią koronawirusa. Włączenie lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej do systemu testowania oraz utworzenie trzech poziomów zabezpieczenia szpitalnego – to tylko niektóre założenia tej strategii. Szczegóły strategii i dokument do pobrania:

<https://www.gov.pl/web/zdrowie/jesienna-strategia-walki-z-epidemia-koronawirusa>

ŹRÓDŁO:<https://www.wsse.olsztyn.pl/post,1133>