

Rekomandimet për udhëtarët që vijnë nga vendet e rrezikuara me COVID-19 ose që kanë qenë në kontakt me rast të vërtetuar me COVID-19

Për të gjithë udhëtarët (të rritur dhe fëmijë) që vijnë nga vendet e rrezikuara me COVID-19, në përputhje me rekomandimet e Komisionit për sëmundjet infektive në kuadër të Ministrisë së Shëndetësisë dhe Qeverisë së Republikës së Maqedonisë së Veriut, rekomandohet izolimi në shtëpi prej 14 ditësh nga data e hyrjes në Republikën e Maqedonisë së Veriut. Për personat që kanë qenë në kontakt me rast të konfirmuar me COVID-19, Inspektorati shtetëror sanitar dhe shëndetësor ka dhënë vendime për mbikqyrje shëndetësore dhe izolim shtëpiak.

Izolimi në shtëpi përfshin një qëndrim 24-orësh në shtëpi për 14 ditë:

- ❖ qëndrim në një dhomë të veçantë (sipas mundësive),
- ❖ mbajtja e detyrueshme e maskës mbrojtëse (maskë kirurgjikale),
- ❖ vetëkontrollimi - matja e temperaturës trupore, të paktën dy herë në ditë,
- ❖ komunikim me anëtarët e shtëpisë në një distancë prej të paktën 2 metra,
- ❖ larje të shpeshta, të hollësishme të duarve për të paktën 20 sekonda dhe ruajtjen e higjienës personale dhe të përgjithshme të shtëpisë,
- ❖ ventilimi (ajrosja) i shpeshtë i shtëpisë, veçanërisht dhoma ku personi qëndron në izolim shtëpiak,
- ❖ përdorimi i rregullt i mjeteve për dezinfektim me bazë alkooli dhe klori,
- ❖ të rriturit të mos shkojnë në punë,
- ❖ fëmijët të mos ndjekin mësimin dhe institucionet parashkollore.

Nëse shfaqen simptoma të tilla si temperaturë e lartë dhe ethe, kollë, vështirësi në frymëmarrje, lodhje, dhimbje të muskujve, ose barkqitje, personi të paraqitet menjëherë në Shërbimin Epidemiologjik në Qendrën kompetente për Shëndet Publik ose njësinë e saj rajonale (varësisht nga qyteti ku jetojnë) ose shërbimin “Alo Doktor”:

- | | |
|---------------------|-------------|
| ○ QSHP Manastir | 071 261 330 |
| ○ QSHP Veles | 071 219 278 |
| ○ NJR Gjevgjeli | 078 545 444 |
| ○ QSHP Koçan | 071 373 913 |
| ○ QSHP Kumanovë | 070 215 851 |
| ○ QSHP Ohër | 070 723 029 |
| ○ QSHP Prilep | 076 475 747 |
| ○ QSHP Shkup | 071 289 614 |
| ○ QSHP Strumicë | 072 235 543 |
| ○ QSHP Tetovë | 075 240 464 |
| ○ NJR Gostivar | 076 365 161 |
| ○ QSHP Shtip | 078 365 613 |
| ○ ISHP Shkup | 078 387 194 |
| ○ ShSh “Alo Doktor” | 02/15 123 |