

Poštovani,

Temeljem Odluke ministra zdravstva o sigurnosnoj mjeri izolacije KLASA: 501-01/20-01/06, URBROJ: 534-02-20-1 od 14. ožujka 2020. godine te KLASA 501-01/20-01/06, URBROJ: 534-02-20-02 od 16. ožujka 2020. godine, KLASA 501-01/20-01/06, URBROJ: 534-02-20-04 od 19. ožujka 2020. godine, KLASA 501-01/20-01/06, URBROJ: 534-02-20-05 od 20. ožujka 2020. godine i KLASA 501-01/20-01/06, URBROJ: 534-02-20-06 od 21. ožujka 2020. godine: dužni ste po dolasku iz područja s lokalnom ili raširenom transmisijom koronavirusne bolesti COVID-19, biti pod zdravstvenim nadzorom u kućnoj karanteni/samoizolaciji u trajanju od 14 dana po napuštanju zahvaćenog područja.

Osoba koja oboli od COVID-19 je zarazna od samog početka bolesti, u vrijeme kada su simptomi blagi, a može biti zarazna i 1-2 dana prije početka bolesti. Svrha kućne karantene/samoizolacije je da u slučaju razvoja bolesti imate minimalan broj kontakata u vrijeme zaraznosti što ima za cilj smanjiti širenje bolesti u populaciji.

Molimo da najkraćim putem nastavite put izravno prema kući i da se prvi radni dan telefonom javite izabranom liječniku, radi informiranja izabranog liječnika o svom statusu u kućnoj izolaciji i reguliranja bolovanja ako je potrebno. Ako nemate izabranog liječnika u Hrvatskoj, javite se telefonom teritorijalno nadležnom epidemiologu. Popis telefonskih brojeva teritorijalno nadležnih epidemiologa nalazi se u prilogu.

Tijekom samoizolacije nemojte napuštati dom.

Ako razvijete simptome bolesti dišnih puteva (povišena tjelesna temperatura, kašalj, kratkoća daha, otežano disanje, grlobolja, slabost) javite se telefonom svom izabranom liječniku, koji će na temelju Vašeg zdravstvenog stanja procijeniti potrebu za eventualnim testiranjem na novi koronavirus. Ako Vam zatreba liječnička pomoć zbog razloga koji nisu respiratorna bolest, nazovite izabranog liječnika ili neka ga kontaktira netko od Vaših ukućana radi konzultacije i dogovora o kućnoj posjeti. Ne idite sami u zdravstvenu ustanovu bez prethodne telefonske najave.

Ne primajte goste tijekom samoizolacije, osim ako je nužno radi dostave lijekova, hrane ili potrepština. Ako imate ukućane starije životne dobi ili s kroničnim bolestima svedite kontakt s ukućanima na minimum, izbjegavajte tjelesni kontakt i održavajte razmak od 2 metra s osobama s kojima morate kontaktirati.

Često perite ruke. Pojačano vodite računa o čišćenju površina i predmeta koje dodirujete, kako bi se smanjila mogućnost prijenosa bolesti na ukućane. U tu svrhu uobičajena sredstva za čišćenje s deklariranim dezinfekcijskim svojstvima su prikladna. Sobu u kojoj boravite često provjetravajte otvaranjem prozora, uz zatvorena vrata

Više podataka o koronavirusnoj bolesti i mjerama smanjenja rizika od širenja bolesti možete pročitati na mrežnim stranicama HZJZ-a <https://www.hzjz.hr/sluzba-epidemiologija-zarazne-bolesti/koronavirus-najnovije-preporuke/> te dobiti od izabranog liječnika i teritorijalno nadležnog epidemiologa.

<b>Popis telefonskih brojeva epidemiologa u pripravnosti</b>	
ZZJZ "Dr. Andrija Štampar", Zagreb	091 46 96 444
ZZJZ Krapinsko-zagorske županije	099 245 55 45
	091 730 79 13
	091 510 31 65
ZZJZ Sisačko moslavačke županije	098 29 35 78
	098 293576
	098 29 35 72
	098 981 32 73
ZZJZ Karlovačke županije	098 247 630
ZZJZ Varaždinske županije	099 211 98 02
ZZJZ Koprivničko križevačke županije	098 59 22 15
ZZJZ Bjelovarsko bilogorske županije	098 49 20 24
ZZJZ Primorsko goranske županije	091 125 72 10
ZZJZ Ličko senjske županije	091 504 49 17
ZZJZ Virovitičko podravske županije	098 46 59 45
	098 46 59 44
ZZJZ Požeško slavonske županije	098 98 29 204
ZZJZ Brodsko posavske županije	091 51 70 426
ZZJZ Zadarske županije	098 33 27 65
ZZJZ Osječko baranjske županije	031 225 717
ZZJZ Šibensko kninske županije	091 43 41 201
ZZJZ Vukovarsko srijemske županije	091 37 04 290
ZZJZ Splitsko dalmatinske županije	091 15 12 003
ZZJZ Istarske županije	099 529 44 55
ZZJZ Dubrovačko neretvanske županije	098 24 34 54
ZZJZ Međimurske županije	098 55 88 11
ZZJZ Zagrebačke županije	099 736 87 84
Hrvatski zavod za javno zdravstvo	098 22 77 53
Odjela za preventivnu medicinsku zaštitu- ovlaštenih samo za pripadnike MORH-a i OS RH	099 26 54 679
	099 35 98 813
	099 35 98 812