

# Domáca izolácia, karanténa a čo robiť po pozitívnom teste



Vyhlášku k izolácii osôb pozitívnych na ochorenie COVID-19 a karanténe osôb, ktoré prišli do úzkeho kontaktu s osobou pozitívnu na ochorenie COVID-19, [nájdete tu](#).

Vyhláška je účinná od 13. septembra 2021. Izolácia osoby pozitívnej na ochorenie alebo karanténa osoby po úzkom kontakte s osobou pozitívnu na ochorenie, ktorá nebola ku dňu účinnosti tejto vyhlášky ukončená, sa [ukončuje podľa dovtedy platných predpisov](#).

Upozornenie: Nižšie uvedené informácie neslúžia ako záväzná interpretácia platnej legislatívy. V prípade rozporu platí výlučne znenie príslušnej vyhlášky, ktorá bola zverejnená [vo vestníku Vlády SR](#).

## **Izolácia pozitívne testovaných**

V čase od odberu vzorky biologického materiálu na účely testu do oznámenia výsledku testu je osoba povinná obmedziť kontakt s inými osobami a dodržiavať prísnu hygienu rúk a nosenie rúšok či respirátora.

**! Všetkým osobám pozitívnym na ochorenie sa nariaďuje izolácia v domácom prostredí alebo v karanténnom ubytovacom zariadení.**

Izolácia trvá po dobu **10 dní od dátumu odobratia vzorky** biologického materiálu s pozitívnym výsledkom.

- **Izoláciu** je po uplynutí 10-dňovej lehoty **možné ukončiť, pokiaľ** sa u osoby **počas posledných troch dní nevyskytol ani jeden z klinických príznakov** ochorenia (zvýšená telesná teplota nad 37 °C, kašeľ, únava, dýchavičnosť, strata chuti alebo strata čuchu). Ďalší test nie je potrebný.
- V prípade, že sa u osoby **objavil akýkoľvek z menovaných príznakov**, izoláciu možno ukončiť až na základe rozhodnutia jej všeobecného lekára, ktorý posúdi, či je spôsobilá ukončiť izoláciu.

Vo všeobecnosti platí, že **o ukončení domácej izolácie rozhoduje odborná autorita** sledujúca priebeh karantény (napríklad epidemiológ, ošetrojúci lekár) na základe dôsledného posúdenia konkrétnej situácie.

## **Povinnosti počas domácej izolácie:**

- dodržiavať izoláciu a zdržiavať sa počas izolácie iba v mieste izolácie,
- zamedziť fyzickému kontaktu s inými osobami,
- dodržiavať prísnu hygienu rúk a nosenie rúšok/respirátora,
- dodržiavať zákaz stretávania sa s inými osobami, okrem osôb, ktoré spolu s ňou bývajú v mieste izolácie,
- ak izolovaný potrebuje bezodkladnú zdravotnú starostlivosť je povinný záchranárov či zdravotníkov informovať, že sa nachádza v izolácii,
- denne sledovať svoj zdravotný stav, predovšetkým výskyt klinických príznakov ochorenia a v prípade výskytu akéhokoľvek z klinických príznakov ochorenia bezodkladne kontaktovať svojho všeobecného lekára,
- denne merať a zaznamenávať svoju telesnú teplotu,
- o pozitívnom výsledku testu **bezodkladne** informovať (telefonicky, e-mailom či SMS) svojho všeobecného lekára,
- **! bezodkladne po tom, čo jej bol oznámený pozitívny výsledok testu, oznámiť túto skutočnosť všetkým osobám, s ktorými bola v úzkom kontakte v období od dvoch dní predchádzajúcich dňu odberu vzorky na účely testu, respektíve dva dni pred objavením sa príznakov typických pre ochorenie COVID-19.**

**!** Ak všetky úzke kontakty obratom upozorníte na pozitívny výsledok Vášho testu, značne tým pomáhate znižovať riziko, že sa od nich nakazia ďalší. Čím skôr sa úzke kontakty dozvedia, že boli v kontakte s pozitívne testovanou osobou, tým rýchlejšie vedia zareagovať – začať izoláciu, prihlásiť sa na testovanie a dôsledne sa vyhýbať situáciám, ktoré zvyšujú riziko nákazy ďalších ľudí.

Za úzky kontakt sa považuje kontakt s osobou pozitívnou na ochorenie ak pri tomto kontakte:

1. boli osoby v priamom fyzickom kontakte,
2. osoby od seba boli vzdialené menej ako 2 metre dlhšie ako 15 minút,
3. osoby boli v interiéri resp. uzatvorenom priestore dlhšie ako 15 minút,
4. osoby cestovali spoločne dopravným prostriedkom dlhšie ako 15 minút,
5. osoby nemali prekryté horné dýchacie cesty a osoba pozitívna na ochorenie kašľala alebo inak šírila infekčné výlučky.

## **Karanténa po úzkom kontakte s pozitívnym**

Každý, kto prišiel do úzkeho kontaktu s osobou, ktorá neskôr obdržala pozitívny výsledok testu na COVID-19 **v období dvoch dní pred odberom vzorky do konca jej izolácie**, musí podstúpiť karanténu.



Karanténa po úzkom kontakte s pozitívnym sa nevzťahuje na **zaočkovanú osobu bez príznakov COVID-19**, ak vie preukázať niektorú z nasledujúcich skutočností:

- osoba je najmenej 14 dní po aplikácii druhej dávky očkovacej látky proti ochoreniu COVID-19 s dvojdávkovou schémou,
- osoba je najmenej 21 dní po aplikácii prvej dávky očkovacej látky proti ochoreniu COVID-19 s jednodávkovou schémou,
- osoba je najmenej 14 dní po aplikácii prvej dávky očkovacej látky proti ochoreniu COVID-19, ak bola prvá dávka podaná v intervale do 180 dní od prekonania ochorenia COVID-19.



- Karanténa sa nevzťahuje ani na osobu, ktorá prekonala ochorenie COVID-19 v období pred nie viac ako 180 dňami, a nevyskytujú sa u nej klinické príznaky ochorenia.

**Zaočkované osoby a osoby, ktoré prekonali COVID-19 musia podstúpiť karanténu iba v prípade, ak sa u nich ako u úzkych kontaktov vyskytne čo i len jeden z klinických príznakov ochorenia** (zvýšená telesná teplota nad 37°C, kašeľ, únava, dýchavičnosť, strata chuti alebo strata čuchu).

### **Karanténa sa začína**

- a) od momentu, kedy sa osoba dozvie, že osoba, s ktorou bola v úzkom kontakte je osoba pozitívna na ochorenie,
- b) ak sa (aj napriek očkovaniu či prekonaniu COVID-19) objaví po úzkom kontakte s pozitívnym čo i len jeden z klinických príznakov ochorenia.

### **Karanténa sa končí**

- a) v prípade, ak sa u osoby nevyskytuje ani jeden z klinických príznakov ochorenia a výsledok testu vykonaného najskôr v 5. deň od posledného kontaktu s osobou pozitívnou na ochorenie je negatívny, uplynutím doby 7 dní od posledného kontaktu s osobou pozitívnou na ochorenie,

- b) ak test nebol vykonaný a počas doby 10 dní od posledného kontaktu s osobou pozitívnou na ochorenie sa u osoby nevyskytuje ani jeden z klinických príznakov ochorenia, uplynutím doby 10 dní od posledného kontaktu s osobou pozitívnou na ochorenie,
- c) v prípade, ak sa u osoby vyskytne akýkoľvek z klinických príznakov ochorenia počas doby 10 dní od posledného kontaktu s osobou pozitívnou na ochorenie, momentom, kedy posúdi túto osobu jej všeobecný lekár ako spôsobilú ukončiť karanténu.

### **Postup v prípade spoločnej domácnosti s pozitívnym**

**V prípade stáleho kontaktu osoby s pozitívnym (žijú v spoločnej domácnosti) sa za posledný deň kontaktu považuje:**

- a) ak sa u osoby pozitívnej na ochorenie vyskytol akýkoľvek z klinických príznakov ochorenia, 5. deň od výskytu klinických príznakov ochorenia osoby pozitívnej na ochorenie,
- b) ak sa u osoby pozitívnej na ochorenie nevyskytol žiadny z klinických príznakov ochorenia, 5. deň od odberu vzorky biologického materiálu na účely testu u osoby žijúcej s osobou pozitívnou na ochorenie v spoločnej domácnosti.

V prípade **členov spoločnej domácnosti úzkeho kontaktu pozitívne testovanej osoby** nie je nutné, aby ako „kontakty kontaktu“ ihneď podstúpili karanténu. Je však nevyhnutné dbať na prísne hygienické pravidlá a minimalizovať kontakt s ostatnými členmi domácnosti a inými ľuďmi. Ak bude mať úzky kontakt pozitívne testovanej osoby pozitívny výsledok, kontakt tohto kontaktu ide do karantény a čaká ho testovanie.

### **Postup regionálnych úradov verejného zdravotníctva**

Osobu, ktorá má pozitívny výsledok RT-PCR alebo antigénového testu na ochorenie COVID-19, osloví miestne príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva (RÚVZ). Kontaktuje ju pracovník oddelenia epidemiológie, nakoľko každý RÚVZ vidí pozitívny prípad, ktorý mu územne prináleží, buď v systéme IS COVID alebo v systéme EPIS (Epidemiologický informačný systém), ihneď, ako tam výsledok vloží príslušné laboratórium.

Osoba je odborným pracovníkom poučená, že ide do izolácie a zároveň je od nej odobratá epidemiologická anamnéza – cestovateľská (v zahraničí, doma), získavajú sa tiež informácie o jej kontaktoch. RÚVZ rovnako zisťujú

informácie o zdravotnom stave pozitívne testovaného (či má príznaky a ak áno, aké). Pozitívna osoba je poučená, ako sa má správať v izolácii, čo smie a čo nesmie a zároveň sú jej písomne doručené karanténne opatrenia.

V období vysokých denných prírastkov pozitívne testovaných osôb môže ku kontaktovaniu pracovníkmi RÚVZ dochádzať s oneskorením. Vzhľadom na vážnosť epidemiologickej situácie je preto nevyhnutné, aby osoby na ktoré sa vzťahuje izolácia, postupovali v zmysle nariadení aj samostatne, v súlade s protiepidemickými opatreniami.

## **Aké sú zásady domácej izolácie?**

- Počas domácej izolácie **neopúšťajte miesto vášho pobytu**. Obmedzte kontakty s inými osobami a **neprijímajte návštevy**.
- Ak sa domáca izolácia vykonáva v rodinnom dome, je v poriadku tráviť čas **na dvore či v svojej záhrade**. V bytovom dome môžete ísť na **svoj súkromný balkón**.
- V prípade bytového domu **možno rešpektovať nutné a krátke opustenie priestorov** – (vyhodiť smeti, prebrať nákup, vyvenčiť psa) samozrejme, za nutnosti prekrytých horných dýchacích ciest, sociálneho odstupu a dezinfikovania rúk pred opustením bytu. Rovnako je podstatné zdržiavať sa v spoločných priestoroch bytového domu iba na nevyhnutný čas, nepoužívať výťah. Na opustenie bytového domu však **treba mať relevantný dôvod**, pretože v prípade nahlásenia porušenia karantény je otázne dokazovanie, že to bolo nevyhnutné opustenie miesta izolácie.
- **Nákupy si zorganizujte** s pomocou priateľov, rodiny či blízkych a poproste ich, aby vám ich nechali pred dverami alebo na inom určenom mieste, prípadne, ak sa dá, **využite službu dovozu** potravín do domácnosti, resp. služby samosprávy.
- Medzi základné preventívne opatrenia voči vírusovému ochoreniu patrí najmä **dôsledné umývanie rúk** vodou aj mydlom a časté, **nárazové vetranie miestností**.

- **Kľučky, povrchy a predmety**, ktoré bežne používate, **dezinfikujte** častejšie **prípravkami s obsahom chlóru alebo alkoholu**. Používajte jednorazové papierové a vlhčené utierky.
- Každý člen rodiny má mať svoj **vlastný uterák**. Rovnako vlastný **tanier, poháre** či **príbor**, po použití je ich potrebné umyť v umývačke riadu alebo umyť ručne v teplej vode s detergentom.
- Ideálnym riešením pre **pozitívne testovaného** člena rodiny je **samostatná izba**. Ak to nie je možné, izbu by nemal zdieľať s rizikovými osobami (starší ľudia, osoby s chronickými ochoreniami a oslabenou imunitou).
- **Kontakt s inými členmi** domácnosti by mal byť **minimálny**.
- **Kúpeľňu** by pozitívne testovaný mal používať **ako posledný**, následne ju umyť **a dezinfikovať**.
- V blízkosti iných ľudí **treba nosiť rúško/respirátor**, pri kýchaní, kašľaní a smrkaní používať jednorazové papierové vreckovky, ktoré hneď po použití treba zahodiť do bezkontaktného odpadkového koša a umyť si ruky mydlom a vodou (najmenej 20 sekúnd), prípadne použiť alkoholový dezinfekčný prostriedok na ruky.

## **Môže pozitívny (osoba v karanténe) prerušiť izoláciu?**

Miesto izolácie môže osoba pozitívna na ochorenie resp. aj osoba v karanténe opustiť iba na nevyhnutný čas spojený s:

- nevyhnutným poskytnutím zdravotnej starostlivosti osobe pozitívnej na ochorenie,
- odberom vzorky biologického materiálu osobe pozitívnej na ochorenie v súvislosti s diagnostikou ochorenia COVID-19,
- účasťou na pohrebnom obrade zosnulej blízkej osoby, ak osoba v izolácii nemá žiadne klinické príznaky ochorenia; osoba v izolácii je počas účasti na pohrebnom obrade povinná dodržiavať odstup najmenej 2 metre od ostatných účastníkov obradu, horné dýchacie cesty musí mať prekryté respirátorom FFP2 bez výdychového ventilu a dodržiavať hygienu rúk.

Upozorňujeme na upravený režim pre osoby z kritickej infraštruktúry a vybrané profesie, pri ktorých existujú podmienky za ktorých môžu pokračovať v nevyhnutnom výkone práce aj za predpokladu, že boli v kontakte s pozitívne testovanou osobou, prípadne sú sami pozitívni na ochorenie COVID-19. [Osobitný režim je upresnený priamo vo vyhláske.](#)

*Revízia dokumentu: 8. september 2021*