



Ważne informacje o nowym koronawirusie „Covid-19” oraz o zasadach postępowania i higieny.

Nowy koronawirus

Aktualizacja 09.10.2020

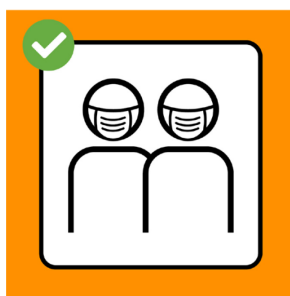
TAK SIĘ CHRONIMY.



Najważniejszy cel: zatrzymać wzrost liczby zakażeń



Zachować odległość.



Nosić maseczkę, jeżeli zachowanie odległości nie jest możliwe



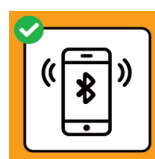
Dokładnie myć ręce.



W razie pojawienia się objawów natychmiast poddać się testowi i pozostać w domu.



Zawsze podawać kompletne dane kontaktowe w celu zapewnienia identyfikowalności



Aby zatrzymać łańcuchy infekcji: pobrać i aktywować aplikację SwissCovid.



Pozytywny wynik tekstu: izolacja. W przypadku kontaktu z osobą zbadaną z wynikiem pozytywnym: kwarantanna.



Unikać podawania ręki.



Kaszeleć i kichać w chusteczkę higieniczną lub zgięcie łokcia.



Wizyta w przychodni lub na SOR wyłącznie po zgłoszeniu telefonicznym.

www.foph-coronavirus.ch

Najczęściej zadawane pytania i odpowiedzi na temat nowego koronawirusa

Po złagodzeniu obostrzeń mających na celu ochronę ludności przed zakażeniem nowym koronawirusem liczba osób w przestrzeni publicznej ponownie się zwiększyła. Rada Federalna również w przyszłości będzie podejmować niezależne działania. Kluczowe pozostają przestrzeganie zasad higieny i postępowania oraz koncepcje ochrony, które mają pomagać w zapobieganiu nowym zakażeniom

Odpowiedzialność osobista jest nadal ważna: najlepsza metoda ochrony przed infekcją to regularne mycie rąk mydłem i zachowanie dystansu.

Znaczne ryzyko zakażenia pojawia się w sytuacji, gdy nie ma możliwości zachowania dystansu 1,5 metra. Może się to w każdej chwili zdarzyć przede wszystkim w środkach transportu publicznego. Ze względu na wzmożenie ruchu turystycznego oraz notowany od połowy czerwca wzrost liczby przypadków nowych zakażeń Rada Federalna zaostrzyła środki ochronne i od 6 lipca 2020 wprowadziła obowiązek noszenia maseczek we wszystkich środkach transportu publicznego.

Zakażenie i ryzyko

Dlaczego powyższe zasady higieny i postępowania są tak ważne?

Nowy koronawirus to nowy rodzaj wirusa, na który ludzie **nie** wykształcili **jeszcze odporności (mechanizmu obronnego)**. **Może dojść do wielu zakażeń i zachorowań.** Musimy więc jak najbardziej spowolnić rozprzestrzenianie się nowego koronawirusa.

Przed wszystkim należy chronić osoby, w przypadku których istnieje podwyższone ryzyko ciężkiego przebiegu choroby.

Są to:

- osoby powyżej 65 roku życia
- kobiety w ciąży
- osoby dorosłe cierpiące na następujące schorzenia:
 - **nadciśnienie**
 - **choroby układu krążenia**
 - **cukrzyca**
 - **chroniczne choroby układu oddechowego**
 - **nowotwory**
 - **choroby i terapie osłabiające układ odpornościowy.**
 - **silna nadwaga (otyłość, BMI 40 lub więcej)**

Jeśli nie mają Państwo pewności, czy należą Państwo do grupy podwyższonego ryzyka, prosimy o kontakt z lekarzem.

Jeśli wszyscy będziemy przestrzegać zasad higieny i postępowania, zapewnimy tym osobom lepszą ochronę. Sprawimy również, że osoby z poważnymi schorzeniami nadal będą miały zapewnioną odpowiednią opiekę w placówkach opieki zdrowotnej. Na oddziałach intensywnej terapii dostępna jest bowiem ograniczona liczba sal zabiegowych i respiratorów.

Mają Państwo ponad 65 lat, są w ciąży lub cierpią na jedno z powyższych schorzeń? Tak mogą się Państwo chronić:

Najlepszym sposobem obrony przed zakażeniem jest dalsze przestrzeganie zasad higieny i postępowania. Obowiązują następujące zalecenia:

- Dokładne i regularne mycie rąk mydłem.
- Zachowanie odległości od innych osób (co najmniej 1,5 metra).
- Przestrzeganie obowiązku noszenia masek w środkach transportu publicznego.
- Przestrzeganie zasad higieny i postępowania podczas spotkań z przyjaciółmi lub rodziną. Nie należy na przykład dotykać tych samych przedmiotów podczas nakładania jedzenia ani pić z tej samej szklanki itp.
- Unikanie godzin szczytu w miejscach o dużym natężeniu ruchu (np. w komunikacji miejskiej lub na dworcu, zakupy w soboty). Jeśli w miejscach, w których przebywa duża ilość osób nie można utrzymać odpowiedniego dystansu, zalecamy noszenie maseczki higienicznej.

Wystąpił u Państwa jeden lub więcej objawów choroby, np. kaszel (przeważnie suchy), ból gardła, duszności, bóle w klatce piersiowej gorączka, lub nagła utrata węchu i/lub smaku? **Należy jak najszybciej zadzwonić do lekarza lub do szpitala – nawet w weekendy.** Podczas rozmowy należy opisać objawy i poinformować rozmówcę, że należą Państwo do grupy podwyższonego ryzyka.

Kobiety w ciąży mogą być szczególnie narażone na ciężki przebieg choroby Covid-19. Co należy wiedzieć?

Kobiety w ciąży muszą się chronić przed zakażeniem nowym koronawirusem, dlatego radzimy stosować się do naszych zaleceń dla osób szczególnie zagrożonych (patrz poprzednia odpowiedź).

Na mocy rozporządzenia o ochronie macierzyństwa pracodawca jest zobowiązany do zapewnienia kobietom w ciąży jak najlepszej ochrony przed zakażeniem nowym koronawirusem w miejscu pracy. Jeśli nie jest to możliwe, pracodawca musi zaoferować rozwiązanie alternatywne. Jeśli nie ma możliwości kontynuowania pracy, lekarz ginekolog może wydać zaświadczenie o zakazie pracy.

Aktualne badania sugerują, że u kobiet w ciąży choroba w wyniku zakażenia nowym koronawirusem może mieć ciężki przebieg, szczególnie jeśli kobieta ma nadwagę, jest w zaawansowanym wieku lub cierpi na określone choroby. Obecnie wiele pytań związanych z ciążą i Covid-19 pozostaje jeszcze bez odpowiedzi, jednak ostrożność nakazuje, aby szczególnie chronić matkę i dziecko.

W przypadku wystąpienia objawów choroby należy niezwłocznie skontaktować się z lekarzem ginekologiem w celu omówienia niezbędnych działań.

W jaki sposób przenosi się nowy koronawirus?

Nowy koronawirus może się przenosić w następujący sposób:

- **podczas bliskiego i dłuższego kontaktu:** Jeżeli odległość do osoby zakażonej jest mniejsza niż 1,5 metra, a osoby nie stosują ochrony (np. przegroda lub obie osoby noszą maseczki). Im dłuższy i bliższy kontakt z osobą zakażoną, tym większe jest prawdopodobieństwo zakażenia.
- **drogą kropelkową:** jeśli osoba chora **kicha lub kaszle**, wirusy mogą się przedostać bezpośrednio do błon śluzowych nosa, ust lub oczu innych osób.
- **przez ręce:** podczas kasłania i kichania zakażne kropelki osiadają na rękach. Może to również nastąpić poprzez dotknięcie powierzchni, na której znajdują się wirusy. Dostają się one następnie do ust, nosa lub oczu, kiedy się ich dotyka.

Kiedy osoba zakażona zaraża?

Ważne: osoba zakażona nowym koronawirusem zaraża przez długi okres czasu, czyli:

- Już **na dwa dni przed wystąpieniem** objawów – a więc zanim zauważy, że jest zarażona.
- **W okresie występowania objawów zakaźność jest szczególnie wysoka.**
- **Co najmniej przez 48 godzin po tym**, gdy dana osoba poczuje się całkowicie zdrowa. Należy więc nadal zachowywać bezpieczny dystans i regularnie myć ręce mydłem.

Objawy, diagnoza i leczenie

Jakie objawy występują po zakażeniu nowym koronawirusem?

Częste objawy to:

- kaszel (przeważnie suchy)
- ból gardła
- duszności
- ból w klatce piersiowej
- gorączka
- nagła utrata węchu i/lub smaku

Mogą również następujące objawy:

- ból głowy
- ogólne osłabienie, złe samopoczucie
- objawy żołądkowo-jelitowe (mdłości, wymioty, biegunka, bóle brzucha)
- katar
- bóle mięśni
- wysypki

Objawy mają różną intensywność, mogą być lekkie. Możliwe jest również wystąpienie powikłań, takich jak zapalenie płuc.

Jeśli mają Państwo jeden albo kilka objawów wymienionych jako częste, to istnieje możliwość, że są Państwo zarażeni nowym koronawirusem.

W takim przypadku:

- **Należy pozostać w domu i unikać kontaktu z innymi osobami.**
- **Należy wypełnić wywiad dotyczący koronawirusa (patrz linki przy następnym pytaniu) lub zadzwonić do lekarza. Należy jak najdokładniej odpowiedzieć na wszystkie pytania w ramach wywiadu online lub telefonicznie. Na koniec otrzymają Państwo zalecany sposób postępowania oraz, w razie potrzeby, polecenie poddania się testowi.**
- **Należy przeczytać instrukcje dotyczące „izolacji” (www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads) i konsekwentnie ich przestrzegać.**

Jeśli mają Państwo więcej niż 65 lat, są w ciąży lub cierpią na choroby współistniejące, należy natychmiast wezwać lekarza, jeśli wystąpi jeden lub więcej objawów wymienionych jako częste – również w weekend.

Mają Państwo wątpliwości, jak należy się zachować?

Po przeprowadzeniu wywiadu dotyczącego koronawirusa dostępnego pod adresem <https://check.bag-coronavirus.ch/screening> i udzieleniu odpowiedzi na kilka pytań otrzymają Państwo zalecenia Federalnego Urzędu Zdrowia Publicznego (w języku niemieckim, francuskim, włoskim i angielskim).

Na stronie internetowej kantonu Vaud, pod adresem <https://coronavirus.unisante.ch/evaluation>, dostępny jest wywiad dotyczący koronawirusa w 8 kolejnych językach.

Wywiad dotyczący koronawirusa nie zastąpi profesjonalnej porady, diagnozy ani leczenia. Objawy opisane w wywiadzie mogą się pojawiać również w związku z innymi schorzeniami, które wymagają innego postępowania.

Jeżeli wystąpią silne objawy, które się nasilają lub Państwa niepokoją, należy się zawsze skontaktować z lekarzem.

Moje dziecko poniżej 12 roku życia ma objawy. Jak powinniśmy postępować? Czy może chodzić do szkoły lub placówki opiekuńczej?

Zgodnie z obecnym stanem wiedzy dzieci mogą być również zakażone nowym koronawirusem, jednak dzieci poniżej 12 roku życia mają mniej objawów niż nastolatki czy dorośli i rzadziej przenoszą wirusa na inne osoby.

Sytuacja 1: Dziecko i osoba bliskiego kontaktu mają objawy

Państwa dziecko ma objawy możliwej infekcji nowym koronawirusem i miało bliski kontakt z osobą, u której wystąpiły objawy infekcji (dziecko powyżej 12 roku życia lub osoba dorosła). W tym przypadku dalsze działania zależą od wyniku testu osoby bliskiego kontaktu:

- **W przypadku pozytywnego wyniku testu osoby bliskiego kontaktu:** dziecko musi pozostać w domu i zostanie poddane testowi w porozumieniu z pediatrą. Pediatra udzieli Państwu informacji na temat dalszego postępowania.
- **W przypadku negatywnego wyniku testu osoby bliskiego kontaktu:** dziecko może wrócić do szkoły lub placówki opiekuńczej dopiero wówczas, jeżeli przez 24 godziny nie miało już gorączki lub jeżeli kaszel wyraźnie się złagodził.

Sytuacja 2: Dziecko z objawami, bez kontaktu z osobą zakażoną

Państwa dziecko ma objawy możliwego zakażenia nowym koronawirusem, ale nie miało bliskiego kontaktu z osobą, u której wystąpiły objawy infekcji (dziecko powyżej 12 roku życia lub osoba dorosła). W tym przypadku dalsze działania zależą od objawów i stanu zdrowia Państwa dziecka:

- **Państwa dziecko ma łagodne objawy przeziębienia (katar i/lub ból gardła i/lub lekki kaszel) i jest w dobrym stanie ogólnym:** dziecko może nadal uczęszczać do szkoły lub placówki opiekuńczej.
- **Państwa dziecko ma gorączkę i jest w dobrym stanie ogólnym:** dziecko musi zostać w domu. Nie może wrócić do szkoły lub placówki opiekuńczej, dopóki nie miną 24 godziny od

ustąpienia gorączki. Jeśli gorączka dziecka utrzymuje się przez trzy dni lub dłużej, należy się skontaktować z pediatrą.

Jeśli dziecko ma inne objawy (dolegliwości żołądkowo-jelitowe, bóle głowy, bóle kończyn, utrata węchu i/lub smaku), dalsze postępowanie należy omówić z pediatrą.

- **Państwo dziecko ma silny kaszel i jest w dobrym stanie ogólnym:** dziecko musi zostać w domu. Może wrócić do szkoły lub placówki opiekuńczej dopiero wtedy, jeśli w ciągu trzech dni kaszel ulegnie znacznej poprawie. Jeśli silny kaszel dziecka utrzymuje się dłużej niż trzy dni, należy się skontaktować z pediatrą.

Jeśli dziecko ma inne objawy (dolegliwości żołądkowo-jelitowe, bóle głowy, bóle kończyn, utrata węchu i/lub smaku), dalsze postępowanie należy omówić z pediatrą.

- **Państwa dziecko ma gorączkę lub silny kaszel i/lub jest w złym stanie ogólnym:** należy się skontaktować bezpośrednio z pediatrą i omówić z nim dalsze postępowanie.

W jaki sposób przebiega leczenie choroby wywołanej nowym koronawirusem?

Leczenie ogranicza się do łagodzenia objawów. Chorzy są izolowani w celu ochrony innych osób. W przypadku ciężkiego przebiegu choroby konieczne jest zazwyczaj leczenie szpitalne na oddziale intensywnej terapii. Chory może wymagać wentylacji mechanicznej.

Odczuwają Państwo dolegliwości, czują się chorzy lub mają objawy, które nie są związane z nowym koronawirusem?

Problemy zdrowotne, choroby i objawy niezwiązane z nowym koronawirusem trzeba traktować poważnie i leczyć. Należy skorzystać z pomocy i nie czekać zbyt długo, tylko zadzwonić do lekarza.

Kiedy należy się poddać testowi na nowego koronawirusa?

Czują się Państwo chorzy lub odczuwają objawy zakażenia nowym koronawirusem? Należy zostać w domu, poddać się testowi na obecność koronawirusa lub zadzwonić do lekarza. Prosimy jak najdokładniej odpowiedzieć na wszystkie pytania w ramach wywiadu online lub telefonicznie. Na koniec wywiadu otrzymają Państwo rekomendację dotyczącą dalszego postępowania oraz, w razie potrzeby, polecenie poddania się testowi. Należy zostać w domu do czasu uzyskania wyników testu.

Gdzie mogę się przebadać?

Testy są przeprowadzane przez lekarzy, szpitale lub specjalnie wyznaczone ośrodki diagnostyczne. Można wypełnić listę kontrolną dotyczącą koronawirusa. Jeśli wyniknie z niej zalecenie poddania się badaniu, otrzymają Państwo wskazówki, jak postępować dalej.

Na stronie www.ch.ch/coronavirus znajdują się linki do stron kantonalnych. Można tam znaleźć informacje o nowym koronawirusie oraz dane kontaktowe.

W jakich przypadkach państwo pokrywa koszty testu PCR?

Od 25 czerwca 2020 roku państwo pokrywa koszty testu (= testu molekularnego PCR), jeżeli spełnione są kryteria określone przez BAG. Dotyczy to przykładowo sytuacji, kiedy mają Państwo objawy pasujące do Covid-19, a lekarz zleca badanie na obecność nowego koronawirusa. Za kryterium uznaje się również wiadomość z aplikacji SwissCovid o kontakcie z osobą zakażoną. Jeżeli kryteria określone przez BAG nie są spełnione, państwo nie pokrywa kosztów testu. Może to mieć na przykład miejsce, jeżeli wynik testu jest potrzebny w celach podróży lub jeśli test jest przeprowadzany tylko na życzenie pracodawcy.

Dodatkowe informacje

Gdzie mogę znaleźć więcej informacji w moim języku?

Na platformie internetowej migesplus.ch można znaleźć wiele innych rzetelnych informacji na temat Covid-19, a także na inne tematy związane ze zdrowiem: <https://www.migesplus.ch/themen/neues-coronavirus-covid-19>

Jakie imprezy są zabronione?

Duże imprezy z udziałem ponad 1000 osób pozostają zabronione do końca września.

Prywatne i publiczne imprezy do 1000 osób mogą się odbywać. Jeżeli na imprezie obecnych jest więcej niż 300 osób, należy wydzielić sektory liczące po 300 osób każdy. Dotyczy to również barów i klubów.

Podczas imprez należy zachować odległość 1,5 metra od innych osób oraz przestrzegać zasad higieny i postępowania. Jeśli nie można utrzymać tej odległości, należy nosić maseczkę higieniczną.

W przypadku imprez publicznych organizator musi stworzyć i wdrożyć koncepcję ochrony. Na podstawie takiej koncepcji ochrony mogą Państwo być zobowiązani do podania swoich danych kontaktowych. W takim przypadku ważne jest, aby podać prawidłowe dane. Tylko w ten sposób mogą Państwo otrzymać informacje od władz kantonalnych o każdym kontakcie z osobą zakażoną.

Gdzie znaleźć pomoc.

Co mogę zrobić, jeżeli personel szpitala nie zna mojego języka ojczystego?

Już na samym początku należy poprosić o tłumacza. Dostępne są również usługi tłumaczenia ustnego przez telefon. W przypadku skorzystania ze wsparcia profesjonalnych tłumaczy nie będą Państwo musieli angażować krewnych, a tym samym nie będą oni narażeni na zakażenie. W przypadku interwencji medycznych mają Państwo prawo do rozumienia i bycia zrozumianym.

Muszą Państwo zostać w domu i potrzebują produktów spożywczych lub lekarstw?

A może chcą Państwo komuś pomóc?

Warto rozejrzeć się w najbliższym otoczeniu:

- Czy mogą Państwo poprosić kogoś o pomoc?
- A może mogą Państwo zaoferować komuś swoją pomoc?

Można również:

- Zwrócić się do urzędu gminy lub miasta
- Skorzystać z aplikacji „Five up”
- Sprawdzić informacje na stronie www.hilf-jetzt.ch / www.aide-maintenant.ch

Również w tym przypadku należy zawsze przestrzegać higieny i postępowania.

Martwią się Państwo lub potrzebują Państwo z kimś porozmawiać?

Niezbędne informacje można znaleźć tutaj:

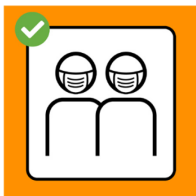
- W Internecie na stronach www.dureschnufe.ch / www.santepsy.ch / www.salutepsi.ch
- Konsultacja telefoniczna pod numerem 143 (Die Dargebotene Hand)

Czuja się Państwo zagrożeni w domu? Potrzebują Państwo pomocy lub ochrony?

- Na stronach www.opferhilfe-schweiz.ch / www.aide-aux-victimes.ch / www.aiuto-alle-vittime.ch znajdują Państwo numery telefonów i adresy e-mail, pod którymi można skorzystać z anonimowego doradztwa i ochrony w całej Szwajcarii.
- W **nagłych wypadkach** należy dzwonić na policję: numer telefonu **117**

Inne ważne numery telefonów:

- **Pogotowie ratunkowe 144: ten numer** jest dostępny przez całą dobę, w całej Szwajcarii, dla wszystkich nagłych przypadków medycznych.
- **Infolinia** dotycząca nowego koronawirusa: pod numerem **058 463 00 00** można uzyskać odpowiedzi na pytania związane z nowym koronawirusem.
- **Jeśli nie mają Państwo lekarza rodzinnego: Medgate** pozostaje do Państwa dyspozycji pod numerem **0844 844 911** codziennie, również w nocy.



Obowiązek noszenia maseczek w środkach transportu publicznego

Gdzie obowiązuje nakaz noszenia maseczki?

Noszenie maseczki jest obowiązkowe we wszystkich środkach transportu publicznego, a więc w pociągach, tramwajach, autobusach, a także w kolejkach linowych i na statkach. Obowiązek ten nie dotyczy wyciągów narciarskich i krzesełkowych. W samolotach, które startują lub lądują w Szwajcarii, trzeba również nosić maseczki.

Czy istnieją wyjątki dotyczące małych dzieci i innych osób?

Z obowiązku noszenia maseczki zwolnione są dzieci poniżej dwunastego roku życia. Obowiązek nie dotyczy również osób, które nie mogą nosić maseczki ze szczególnych powodów, przede wszystkim ze względów zdrowotnych.

Czy muszę nosić maseczkę, jeśli pociąg lub autobus jest wypełniony tylko w połowie?

Nakaz noszenia maseczki obowiązuje niezależnie od tego, ile osób korzysta z transportu publicznego. Nie da się przewidzieć, ile osób dosiadzie się po drodze.

Co zrobić, jeśli nie mam maseczki? Czy mogę w takim przypadku zasłonić usta i nos szalem lub chustką?

Nie, szalem ani chustką nie można zastąpić maseczki. Szal nie zapewnia wystarczającej ochrony przed zakażeniem i nie zapewnia również dostatecznej ochrony innym osobom. Należy nosić maseczkę higieniczną lub inną maseczkę tekstylną pochodzącą z produkcji przemysłowej.

Kto kontroluje, czy pasażerowie noszą maseczki?

Za kontrolę przestrzegania i egzekwowanie obowiązku noszenia maseczek odpowiada personel pociągu oraz policja kolejowa i służby ochrony.

Co się stanie, jeśli odmówię noszenia maseczki?

Każdy, kto odmawia noszenia maseczki, musi opuścić środek transportu na następnej stacji / następnym przystanku.

Jeśli dana osoba sprzeciwi się prośbom służb ochrony i nie opuści pojazdu, może zostać ukarana grzywną za nieposłuszeństwo (w ramach standardowej procedury dotyczącej nakładania kary grzywny, a nie na zasadzie mandatu karnego).

Przez długi czas Federalny Urząd Zdrowia Publicznego (BAG) utrzymywał, że maseczki nie chronią zdrowych osób w przestrzeni publicznej. Dlaczego teraz maseczki są jednak obowiązkowe?

Każdy, kto nosi maseczkę, chroni innych. Osoby zakażone mogą nieświadomie zarażać nawet dwa dni przed pojawieniem się objawów choroby. Jeśli wszystkie osoby znajdujące się na małej przestrzeni będą nosić maseczki, wszystkie będą chronione. Nawet jeśli nie będzie to ochrona stu procentowa, rozprzestrzenianie się wirusa zostanie spowolnione.

Podróże / wjazd do Szwajcarii

Od 6 lipca 2020 roku po wjeździe do kraju z określonych obszarów mają Państwo obowiązek poddać się 10-dniowej kwarantannie w Szwajcarii.

Podstawą tego obowiązku jest rozporządzenie w sprawie środków służących zwalczaniu nowego koronawirusa (Covid-19) w międzynarodowym ruchu pasażerskim, a dotyczy on wjazdu z krajów lub obszarów o podwyższonym ryzyku zakażenia koronawirusem.

W ciągu dwóch dni należy zgłosić wjazd do kraju we właściwym organie kantonalnym i postępować zgodnie z instrukcjami tego organu.



Każdy, kto uchyla się od kwarantanny lub nie wywiązuje się z obowiązku zgłoszenia, popełnia wykroczenie na mocy Ustawy o epidemiach i zostanie ukarany grzywną w wysokości do 10 000 CHF.

Lista państw lub obszarów o podwyższonym ryzyku zakażenia koronawirusem, kantonalnych danych kontaktowych i wyjątków od obowiązku kwarantanny znajduje się tutaj : www.bag.admin.ch/entry



Testy na obecność koronawirusa i śledzenie kontaktów pozwalają przerwać łańcuchy zakażeń.

Dlatego oba te środki są tak ważne.

Abyśmy mogli powrócić do pewnej „normalności”, wszyscy ludzie z objawami choroby powinni być natychmiast badani na obecność nowego koronawirusa – nawet osoby z łagodnymi objawami. Oprócz testów ważne jest również, aby wszyscy podawali swoje dane kontaktowe do śledzenia, na przykład podczas wizyty w restauracji. Osoby zakażone mogą już bowiem zarażać, nawet jeśli same czują się jeszcze zdrowe. W ten sposób testy i śledzenie kontaktów przerywają łańcuchy infekcji.

Jeśli wynik testu na obecność koronawirusa jest pozytywny, rozpoczyna się śledzenie kontaktów.

- Organy kantonalne współpracują z osobą zakażoną w celu ustalenia, z kim miała ona bliski kontakt.
- Organy informują osoby kontaktowe o możliwej infekcji i sposobie postępowania.
- Nawet jeśli osoby te nie mają żadnych objawów, muszą się poddać kwarantannie. Obowiązuje to przez dziesięć dni od ostatniego kontaktu z osobą zarażającą. Należy przeczytać instrukcje dotyczące „kwarantanny” (www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads) i konsekwentnie ich przestrzegać.
- Jeżeli w tym okresie nie zostanie wykryta infekcja, organy ponownie znoszą kwarantannę.



Aplikacja mobilna SwissCovid

Z pomocą aplikacji mobilnej SwissCovid na telefony komórkowe chcemy powstrzymać niekontrolowane rozprzestrzenianie się nowego koronawirusa. Im więcej osób skorzysta z aplikacji mobilnej SwissCovid, tym większy będzie ich wkład w tym zakresie. Jeżeli ktoś przez dłuższy przebywał w pobliżu co najmniej jednej osoby, która później otrzymała pozytywny wynik badania na obecność nowego koronawirusa, to za pośrednictwem aplikacji zostanie poinformowany o możliwej infekcji i dalszej procedurze. Aplikacja nie narusza prywatności. Korzystanie z aplikacji jest dobrowolne i bezpłatne. Aplikację można pobrać w Apple App Store i Google Play Store.

Aplikacja mobilna SwissCovid pomaga w szybszym zatrzymaniu łańcuchów transmisji wirusa

Aplikacja mobilna SwissCovid na telefony komórkowe (Android/iPhone) pomaga w opanowaniu nowego koronawirusa. Stanowi ona uzupełnienie klasycznego systemu «contact tracing»,

czyli śledzenia nowych zakażeń przez kantony, a tym samym pomagają zatrzymać łańcuchy transmisji wirusa.

Aplikacja mobilna SwissCovid jest dostępna w Apple Store i Google Play Store (języki: niemiecki, francuski, włoski, retoromański, albański, bośniacki, angielski, chorwacki, portugalski, serbski, hiszpański. Dostępny będzie również język turecki i tigrinia).

- [Google Play Store dla systemu Android](#)
- [Apple Store dla systemu iOS](#)

Korzystanie z aplikacji mobilnej SwissCovid jest dobrowolne i bezpłatne. Im więcej osób zainstaluje aplikację i będzie z niej korzystać, tym skuteczniej pomoże ona opanować nowego koronawirusa.

Jak działa aplikacja mobilna SwissCovid?

Należy zainstalować aplikację mobilną SwissCovid na telefonie komórkowym (Apple lub Android). Od tego momentu wystarczy po prostu mieć przy sobie telefon komórkowy z włączoną funkcją Bluetooth. Telefon komórkowy przesyła przez Bluetooth zaszyfrowane ID, tzw. sumy kontrolne. Są to długie, przypadkowe ciągi znaków. Po dwóch tygodniach wszystkie sumy kontrolne są automatycznie usuwane z urządzenia.

Aplikacja anonimowo mierzy czas przebywania i odległość od innych telefonów komórkowych. Rejestruje ona przypadki **bliskiego kontaktu** (bliżej niż 1,5 metra i łącznie ponad 15 minut w ciągu dnia). W takiej sytuacji istnieje bowiem możliwość przeniesienia wirusa.

Komunikat

Jeśli użytkownik aplikacji mobilnej SwissCovid App otrzyma pozytywny wynik testu na obecność koronawirusa, organ kantonalny przekaze takiej osobie kod (covidcode). Tylko za pomocą tego kodu osoba ta może aktywować funkcję powiadamiania w swojej aplikacji. W ten sposób inni użytkownicy aplikacji, z którymi osoba ta była w bliskim kontakcie w fazie zakażenia (dwa dni przed wystąpieniem objawów choroby), otrzymają ostrzeżenie. Wprowadzenie kodu powoduje, że powiadomienie jest automatyczne i anonimowe.

Powiadomione osoby mogą zadzwonić na wskazaną w aplikacji infolinię i uzyskać informację na temat dalszej procedury. Prywatność użytkownika jest chroniona przez cały czas. Jeżeli powiadomiona osoba ma już objawy choroby, powinna zostać w domu, unikać kontaktu z innymi ludźmi, wypełnić wywiad dotyczący koronawirusa lub skontaktować się telefonicznie z lekarzem.

Dzięki tej solidarności wszyscy możemy pomóc w przerwaniu łańcuchów infekcji.

Ochrona prywatności

Dane zbierane przez aplikację mobilną SwissCovid App są przechowywane tylko lokalnie na danym telefonie komórkowym. Nie wysyła ona danych osobowych ani lokalizacyjnych do centralnych miejsc przechowywania ani na serwery. Dzięki temu nikt nie jest w stanie odtworzyć, z którą osobą miało się kontakt i gdzie ten kontakt miał miejsce. Po zakończeniu kryzysu związanego z koronawirusem lub jeśli aplikacja okaże się nieskuteczna, system zostanie wyłączony.

Otrzymałem/-am informację w aplikacji mobilnej SwissCovid, że istnieje możliwość infekcji. Czy mam prawo do wykonania testu?

Tak, po otrzymaniu wiadomości o możliwej infekcji można się poddać bezpłatnemu testowi.

Test ten ma na celu wykrycie osób, które są już zakażone, ale nie mają jeszcze objawów. Należy go przeprowadzić najwcześniej 5 dni po ewentualnym zakażeniu.

Jeżeli wynik testu będzie pozytywny, skontaktuje się z Państwem właściwy organ kantonalny, który poinformuje o dalszej procedurze. Pomoże to powstrzymać rozprzestrzenianie się wirusa.

Czy nadal będę otrzymywał wynagrodzenie, jeśli zdecyduję się pozostać w domu po otrzymaniu informacji o możliwej infekcji?

Po otrzymaniu informacji o możliwej infekcji należy zadzwonić na infolinię SwissCovid (numer telefonu wyświetla się w aplikacji wraz z wiadomością). Tam otrzymają Państwo odpowiedzi na swoje pytania.

Co do zasady pracodawca nie jest zobowiązany do dalszego wypłacania wynagrodzenia w przypadku pozostania w domu z powodu otrzymania informacji o możliwej infekcji.

Tylko kwarantanna zarządzona przez właściwe organy kantonalne uprawnia do dalszej wypłaty wynagrodzenia.

Czym jest nowy koronawirus? Czym jest SARS-CoV-2, a czym COVID-19?

Nowy koronawirus wykryto w Chinach pod koniec 2019 roku w związku z wyjątkowo wysoką zachorowalnością na zapalenie płuc wśród mieszkańców miasta Wuhan w środkowych Chinach. Wirus otrzymał nazwę SARS-CoV-2 i należy do tej samej rodziny, co patogeny wywołujące „Bliskowschodni Zespół Niewydolności Oddechowej” (MERS) oraz „Ciężki Ostry Zespół Oddechowy” (SARS).

W dniu 11 lutego 2020 roku WHO nadała oficjalną nazwę chorobie wywoływanej przez nowego koronawirusa: COVID-19, skrót od „coronavirus disease 2019”, po niemiecku „Coronavirus-Krankheit 2019”.

Aktualnie dostępne informacje pozwalają stwierdzić, że wirus pochodzi od zwierząt, a obecnie rozprzestrzenia się pomiędzy ludźmi. Pierwszym ogniskiem koronawirusa był prawdopodobnie targ ryb i zwierząt w mieście Wuhan, który w międzyczasie został zamknięty przez chińskie władze.

Dodatkowe informacje:

www.bag-coronavirus.ch

www.bag.admin.ch/neues-coronavirus

(niemiecki, francuski, włoski, angielski)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH