

INFORMACIJA, NETURINTIEMS GALIMYBIŲ PASO, BET NORINTIEMS DALYVAUTI STUDIJOSE KONTAKTINIU BŪDU

Nuo rugsėjo 13 d., Vyriausybei pakeitus tvarką, studentai, norintys dalyvauti studijose kontaktiniu būdu, galės **nemokai** testuotis **kas 7-10 dienų**, atlikdami antigeno arba PGR testą. Todėl atvykstant į paskaitas pakanka pateikti pažymą apie atliktą profilaktinį tyrimą.

Atkreipiame dėmesį, kad testavimas nesiejamas su pirmosios vakcinės turėjimu.

Vyriausybė praneša, kad toks reguliavimas **galios iki spalio 15 d.**

Tyrimus atlikti galima mobiliuose punktuose, registracija vykdoma telefonu per Karštąją liniją 1808 arba pildant elektroninę registracijos formą adresu 1808.lt.

INFORMACIJA IMUNITETĄ TURINTIEMS ASMENIMS

Jeigu turėjote sąlytį su sergančiuoju COVID-19, **izoliacija netaikoma**, jei:

- po paskiepijimo pagal visą vakcinavimo schemą praėjo ne mažiau nei 14 dienų;
- jei nuo persirgimo praėjo mažiau nei 210 dienų.

Jeigu praėjo **daugiau nei 210 dienų**, vertinama, ar per pastarąsias 60 dienų buvo atliktas antikūnų testas. Jei jis neatliktas, rekomenduojama jį atlikti, ir laukiant atsakymo, būti izoliacijoje. Jei testo atsakymas teigiamas, tuomet izoliacija netaikoma.

Po kontakto su sergančiuoju COVID-19, prašome 14 dienų stebėti savo savijautą, tikrinti temperatūrą ir būtinai dėvėti medicinines kaukes.

BENDROSIOS PREVENCINĖS PRIEMONĖS

1. Visose bendrose Kolegijos patalpose rekomenduojama dėvėti kaukes ir išlaikyti 1-2 metrų atstumus tarp asmenų;
2. Kaukių leidžiama nedėvėti neįgalumą turintiems asmenims, kurie dėl savo sveikatos būklės kaukių dėvėti negali ar jų dėvėjimas gali pakenkti asmens sveikatos būklei;
3. Nepamirškite, kad siekiant užkirsti kelią infekcijų plitimui, asmeninės apsaugos priemonės būtina dėvėti taisyklingai. Svarbu, kad kaukė dengtų ne tik burną, bet ir nosį. Kaip taisyklingai užsidėti, nusiimti kaukę ir vienkartinės pirštines žiūrėkite: [Vienkartinės kaukės, respiratoriaus ir vienkartinių pirštinių užsidėjimas ir nusiėmimas - YouTube](#);
4. Asmuo, kuriam karščiavimas (37,3°C ir daugiau) ar ūmių viršutinių kvėpavimo takų ligų, kitų užkrečiamųjų ligų požymiai (pvz., karščiavimas, kosulys, pasunkėjęs kvėpavimas ir pan.) pasireiškia Kolegijoje turi nedelsiant apleisti patalpas ir kreiptis konsultacijai Karštąja koronaviruso linija tel. 1808 arba susisiekti su savo šeimos gydytoju;
5. Daugelis mūsų pamirštame svarbiausius taisyklingo rankų plovimo aspektus – plauti rankas muilu rekomenduojama ne mažiau kaip 20 sek.; nusiplovus rankas nederėtų liesti maišytuvo ar durų rankenos – tai daryti rekomenduojama naudojantis vienkartinėmis servetėlėmis. Kaip taisyklingai plauti rankas žiūrėkite: [Vienkartinės kaukės, respiratoriaus ir vienkartinių pirštinių užsidėjimas ir nusiėmimas - YouTube](#)
6. Rankų **plovimas muilu** yra pats pigiausias ir efektyviausias būdas užkirsti kelią ligas sukeliančių mikroorganizmų plitimui. Įrodyta, kad muilas puikiai sunaikina koronavirusus. Plaudami rankas, vadovaukitės penkiaais žingsniais:
 - Sušlapinkite rankas vandeniu ir padenkite jas muilu.
 - Išmuilinkite rankas trindami delnus.
 - Muilinkite išorinę delno pusę, tarpupirščius ir panages.

- Trinkite rankas muilu mažiausiai 20 sekundžių. Reikia laikmačio? Sudainuokite du kartus „Su gimimo diena“ – tiek laiko turėtų trukti rankų plovimas.
 - Nuplaukite rankas vandeniu.
 - Nusausinkite rankas sausa servetėle ar džiovintuvu. Prie šlapių rankų mikroorganizmai geriau „prilimpa“.
7. Rankų **dezinfekcinis skystis** gali greitai panaikinti daugybę rūšių mikroorganizmų, visgi:
- Dezinfekcinis skystis panaikina ne visas mikroorganizmų rūšis.
 - Dezinfekcinis skystis gali nebūti toks efektyvus, kuomet rankos yra labai nešvarios ar riebaluotos.
 - Dezinfekcinis skystis gali nepašalinti cheminių medžiagų nuo rankų paviršiaus, tokių kaip pesticidai ar sunkieji metalai.

ATMINKITE, kad svarbiausia rankas plauti muilu ir vandeniu. Jeigu nėra galimybės rankų nusiplauti – naudokite dezinfekcinį skystį.