

## Plan postępowania w przypadku kontaktu fizjoterapeuty z pacjentem z potwierdzonym zakażeniem koronawirusem

Z najnowszych danych naukowych wynika, że okres inkubacji koronawirusa COVID-19 wynosi średnio od 1 do 14 dni, jednak zdarzały się przypadki rozwijania wirusa w terminie do 24 dni. W związku z tym, po kontakcie z zakażonym można być nosicielem koronawirusa nawet nie mając żadnych objawów.

### ■ Dla bezpieczeństwa fizjoterapeutów zalecamy, aby:

1. ściśle stosować się do wytycznych MZ i GIS (zob. szczególnie <https://www.gov.pl/web/rozwoj-praca-technologie/rehabilitacja>) oraz zaleceń KRF (<https://kif.info.pl/koronawirus-zalecenia-i-wytyczne/>), w szczególności obowiązkowo zabezpieczać się poprzez stosowanie adekwatnych środków ochrony osobistej oraz restrykcyjne przestrzeganie zasad higieny osobistej;
2. pamiętać, żeby nie używać w czasie terapii telefonu komórkowego ani innych przedmiotów, które nie są konieczne do prowadzenia terapii;
3. unikać dotykania twarzy (jamy ustnej, jamy nosowej, oczu) oraz maseczki w rękawiczkach.

### ■ Jak postępować w przypadku informacji, że u pacjenta, z którym fizjoterapeuta miał bezpośredni kontakt trwający dłużej niż 15 minut (do 14 dni wstecz) stwierdzono COVID-19?

Bezwzględnie należy zastosować procedury dotyczące poinformowania właściwej stacji sanitarno-epidemiologicznej oraz skontaktowania się z lekarzem POZ (zob. <https://www.gov.pl/web/koronawirus/podejrzewasz-u-siebie-koronawirusa>). Dodatkowo:

#### 1. Jeśli byłeś zabezpieczony i nie masz objawów:

Obserwuj się, a jeżeli nic się nie dzieje, możesz pracować i funkcjonować normalnie, o ile SANEPID bądź lekarz POZ nie zdecydowali inaczej.

#### 2. Jeśli nie byłeś zabezpieczony i nie masz objawów:

Jeżeli nie zostanie podjęta decyzja o poddaniu się kwarantannie, skontaktuj się z pracodawcą i zdecydujcie o ewentualnej samoizolacji trwającej nie krócej niż 2-3 dni, a następnie wykonaj test na obecność koronawirusa.

#### 3. Jeśli masz objawy chorobowe (m.in. utratę węchu lub smaku, temperaturę ciała powyżej 38°C, duszności czy kaszel):

Działaj zgodnie z poleceniami lekarza POZ lub SANEPIDU (szczegółowe zasady postępowania zostały określone na stronie <https://www.gov.pl/web/koronawirus/podejrzewasz-u-siebie-koronawirusa>)

**Podobnie postępuj w przypadku kontaktu z zakażoną koleżanką lub kolegą z pracy.**

■ **Ważne:** Niezależnie od stanu zdrowia zawsze skonsultuj się z lekarzem POZ.