



Številka: 671/20-2021/305

Datum: 7. 1. 2022

**Zadeva: Navodila za ravnanje v primeru zaznave okužbe z virusom SARS-CoV-2 v športnem okolju**

Spoštovani,

V nadaljnjem besedilu povzemamo veljavna navodila Nacionalnega inštituta za javno zdravje glede obveznega ravnanja v primeru zaznave okužbe v športnem okolju, naj si bo neposredna ali posredna.

Prosimo vas, da opisana navodila upoštevate dosledno, saj bomo le z odgovornim ravnanjem prispevali k hitrejšemu izboljšanju epidemioloških razmer in omogočili nemoteno izvajanje športne dejavnosti.

#### **I. Ravnanje v primeru okužbe osebe, ki je vključena v športno dejavnost, z virusom SARS-CoV-2**

Opisana navodila se nanašajo na obvezno ravnanje v primeru, ko se izkaže da je oseba, ki je vključena v športno dejavnost, okužena z virusom SARS-CoV-2. Npr. športnik, ki se redno udeležuje treningov ali trener, ki vodi treninge, ugotovi da je okužen.

Ob potrditvi okužbe je pomembno, da se okužena oseba izolira na domu. To pomeni, da okužena oseba ne sme zapuščati doma, omejiti mora stike z ostalimi osebami znotraj gospodinjstva in dosledno upoštevati priporočila za preprečevanje širjenja bolezni COVID-19. Okužena oseba naj takoj po potrditvi okužbe o tem obvesti pooblaščen osebo v športni organizaciji, v kateri se udeležuje športne dejavnosti.

Predviden čas izolacije je 10 dni od začetka bolezni, če je hkrati minilo 48 ur od normalizacije telesne temperature in začetka umirjanja simptomov ter znakov bolezni. V primeru, da bolezen oz. povišana temperatura trajata dlje, se izolacija podaljša (traja več kot 10 dni), dokler ne mine 48 ur od normalizacije telesne temperature in začetka umirjanja simptomov ter znakov bolezni. Pri osebah, ki prebolevajo okužbo brez simptomov, je predviden čas izolacije 10 dni od pozitivnega testa na prisotnost virusa SARS-CoV-2. Izolacija lahko traja dlje, če je potek bolezni hujši, zahteva hospitalizacijo in v primeru imunske motnje. Trajanje izolacije določi osebni oziroma lečeči zdravnik.

Navodila za osebe s potrjeno okužbo s SARS-CoV-2 v domači izolaciji so objavljene na spletni strani NIJZ: <https://www.nijz.si/izolacija>, v zavihku Navodila za osebo s potrjeno okužbo s SARS-CoV-2 v domači izolaciji.

Okužena oseba mora skladno s priporočili NIJZ takoj po ugotovljeni okužbi obvestiti vse osebe, s katerimi je bila v stiku o tem, da so bili v stik z okuženo osebo. Obvestiti je potrebno osebe, s katerimi je bila okužena oseba v stiku v obdobju dva dni pred pojavom simptomov ter v času po pojavu simptomov in znakov bolezni (če simptomov ni pa v obdobju dva dni pred odvzemom vzorca, s katerim je bila okužba potrjena). Izpostavljenim osebam je potrebno posredovati »Navodila za osebe, ki so bile izpostavljene okužbi z novim koronavirusom«, ki so objavljena na spletni strani NIJZ: <https://www.nijz.si/izolacija>, v zavihku Navodila osebam, ki so bile izpostavljene okužbi s SARS-CoV-2.

## II. **Ravnanje v primeru stika osebe z osebo s potrjeno okužbo z virusom SARS-CoV-2**

Opisana navodila se nanašajo na obvezno ravnanje osebe v primeru, ko se izkaže da je bila oseba v stiku z osebo, ki ji je bila potrjena okužba z virusom SARS-CoV-2. Npr. športnik, ki se redno udeležuje treningov ali trener, ki vodi treninge v športni organizaciji, je bil v stiku z osebo, ki je potrjeno okužena.

NIJZ stike s potrjeno okuženo osebo loči na:

1. Visoko rizične stike.
2. Stike, ki niso opredeljeni kot visoko rizični.

### II.1. **Visoko rizični stik**

Visoko rizični stiki so: stiki osebe, ki biva v skupnem gospodinjstvu z bolnikom s covid-19, zadrževanje na razdalji manj kot 2 metra več kot 15 min z bolnikom s covid-19, drug fizični stik ali stik z izločki bolnika s covid-19 (rokovanje, objemanje, uporaba skupnih predmetov), bivanje v zaprtem prostoru z bolnikom s covid-19 več kot 15 min (skupno gospodinjstvo, pisarna, čakalnica v zdravstveni ustanovi, skupna malica, druženje pri isti mizi...), potovanje v istem prevoznem sredstvu na razdalji manj kot 2 metra z bolnikom s covid-19.

V primeru t.i. visoko rizičnega stika se mora oseba odpraviti v karanteno na domu in upoštevati »Navodila za karanteno na domu«, ki so objavljena na spletni strani NIJZ: <https://www.nijz.si/izolacija>, v zavihku Navodila za karanteno na domu.

Osebe, ki jim je bila odrejena karantena na domu, se ne smejo prosto gibati zunaj domačega okolja kar pomeni, da se ne smejo udeleževati športne dejavnosti, četudi bi se prostovoljno samotetsirali ali testirali na prisotnost virusa SARS-CoV-2 in bi bil test negativen. To velja tudi za učence, dijake ali študente, ki so bili napoteni v karanteno na domu zaradi visoko tveganega stika v vzgojno-izobraževalnem procesu. Karantena traja 10 dni od visoko rizičnega stika. Ob zaključku karantene NIJZ priporoča testiranje na okužbo z virusom SARS-CoV-2 s hitrim antigenskim testom (HAGT).

V karanteno ni potrebno osebam, ki izpolnjujejo izjeme, navedene v dokumentu »Izjeme glede karantene na domu za osebe, ki so bile v visoko tveganem stiku z osebo s covid-19«, ki je objavljen na spletni strani NIJZ: <https://www.nijz.si/izolacija>, v zavihku Navodila osebam, ki so bile izpostavljene okužbi s SARS-CoV-2.

Spoštovanje osnovnih preventivnih ukrepov za preprečevanje širjenja bolezni covid-19 (učinkovito prezračevanje prostorov, higiena rok, higiena kašlja in kihanja, upoštevanje medosebne razdalje, uporaba mask) je potrebno izvajati kljub izpolnjevanju izjeme od karantene na domu.

## II.2. Stiki, ki niso opredeljeni kot rizični stiki

Vse stike z okuženo osebo, ki niso visoko rizični stiki, je potrebno obravnavati skladno z naslednjimi navodili NIJZ.

V obdobju 14 dni od stika z okuženo osebo z virusom SARS-CoV-2 se izogibajte vsem ne-nujnim stikom z drugimi ljudmi. To še posebej velja za stike s starejšimi, tistimi s kroničnimi boleznimi in tistimi, ki imajo oslabilen imunski sistem (bolezni srca in ožilja, bolezni dihal, sladkorna bolezen, oslabiljeno delovanje ledvic, zdravljenje raka ...). V obdobju 14 dni pozorno spremljajte svoje zdravstveno stanje. Če se v tem času pojavijo simptomi ali znaki covid-19 (slabo počutje, prehladni znaki, kašelj, vročina, težko dihanje, glavobol, bolečine v mišicah, izguba vonja ali okusa, bolečine v žrelu ...), ostanite doma in pokličite izbranega osebnega ali dežurnega zdravnika, kjer boste prejeli nadaljnja navodila.

Podrobnejša navodila v primeru stika, ki ni opredeljen kot visoko rizičnega stika so podana v dokumentu »Navodila za osebe, ki so bile izpostavljene okužbi z novim koronavirusom«, ki so objavljena na spletni strani NIJZ: <https://www.nijz.si/izolacija>, v zavihku Navodila osebam, ki so bile izpostavljene okužbi s SARS-CoV-2.

## III. Ravnanje športne organizacije v primeru potrditve okužbe pri članu organizacije

V primeru potrjene okužbe z virusom SARS-CoV-2 naj član organizacije s potrjeno okužbo, ki se redno udeležuje športnih programov organizacije, čim prej obvesti pooblaščenega osebo organizacije.

Ob vsakem potrjenem primeru okužbe naj pooblaščen oseb organizacije preveri tesne stike okužene osebe z osebami znotraj organizacije, oceni stopnjo tveganja za prenos in sprejme vrsto stika na podlagi navedenih kriterijev za visoko rizični tesni kontakt (II. točka te okrožnice).

Pooblaščen oseb organizacije naj obvesti vse osebe, s katerimi je bila okužena oseba v stiku (tako v visoko rizičnem, kot ne rizičnem stiku) ter jih napoti k ustreznemu ravnanju (skladno z II. točko te okrožnice).

Člane organizacije, ki so bili z okuženo osebo v visoko rizičnem stiku (razen izjem od karantene na domu), naj pooblaščen oseb organizacije napoti na pridobitev [Izjave o seznanitvi z napotitvijo v karanteno na domu](#). Dodatne informacije so dostopne na spletni strani NIJZ: <https://www.nijz.si/karantena>. Izjava o seznanitvi z napotitvijo v karanteno na domu je dostopna na <https://e-uprava.gov.si/podrocja/sociala-zdravje-smrt/zdravje/potrdilo-o-karanteni.html>. Na portalu eUprava se ta izjava imenuje Izjava o karanteni na domu (z ali brez uporabe e-identitete). Za osebe, ki izpolnjujejo eno od izjem za karanteno na domu, se Izjave o seznanitvi z napotitvijo v karanteno na domu ne izpolnjuje. Posebno pozornost je treba posvetiti datumu zadnjega tveganega stika. Na podlagi tega datuma bo sistem sam določil datum zadnjega dneva karantene. Pri izpolnjevanju koraka 2 Izjave o seznanitvi z napotitvijo v karanteno na domu na eUpravi bodite pozorni na "podatke o visoko tveganem stiku". V vašem primeru je potrebno izbrati odgovor 3: "S strani NIJZ (Nacionalni inštitut za javno zdravje)". V primeru, da pomotoma vnesete napačne podatke, prvo izjavo zavrzite in izjavo izpolnite ponovno.

## IV. Preventivno delovanje športne organizacije

Organizacije so dožne ravnate skladno z veljavnim Odlokom o začasnih ukrepih za preprečevanje in obvladovanje okužb z nalezljivo boleznijo COVID-19 ter navodili in priporočili NIJZ ter Kliničnega inštituta za medicino dela, prometa in šport.

Zlasti je pomembno, da organizacije:

- vodijo sezname oseb, ki so se udeležili posamezne dejavnosti/treninga;
- člane, obiskovalce, oziroma uporabnike storitev / dejavnosti opozarjajo, da se vadbe lahko udeležujejo le osebe brez naslednjih simptomov in znakov: povišana telesna temperatura, zamašen nos/nahod, kihanje, kašljanje, bolečine v žrelu, težko dihanje, glavobol, bolečine v mišicah, driska, slabost/bruhanje, sprememba zaznavanja vonja in/ali okusa, neobičajna utrujenost, vnetje očesnih veznic tako v blagi kot v težji obliki. V primeru slabega počutja, oziroma navedenih znakov in simptomov naj ostanejo v domači samoizolaciji in po telefonu kontaktirajo svojega osebnega zdravnika, ki jim bo podal nadaljnja navodila,
- vadbe/ treninge v čim večji meri izvajajo na prostem;
- pred vstopom na dejavnost dosledno preverjajo izpolnjevanje pogoja PCT za vse uporabnike storitev, udeležence dejavnosti ter delavce in sodelavce organizacije,
- pred vstopom v svoje zaprte prostore namestijo razkuževalnike za roke ter naj zagotavljajo razkuževanje rok z razkužilom vseh uporabnikov storitev, udeležencev dejavnosti ter delavcev oziroma sodelavcev organizacije,
- zagotavljajo predpisano obvezno nošenje zaščitnih mask (kirurške maske ali maske tipa FFP2) v vseh zaprtih prostorih (razen med neposrednim izvajanjem športne vadbe) ter na odprtem, kjer je to predpisano,
- poskrbijo za redno in učinkovito prezračevanje zaprtih prostorov, v katerih opravljajo dejavnost oziroma jih upravljajo, v skladu s priporočilom Nacionalnega inštituta za javno zdravje,
- način in razporeditev vadb prilagodijo na način, da se vadbe različnih skupin med seboj časovno ne prekrivajo, in se vadeči iz različnih skupin med seboj ne srečujejo. Med menjavo posameznih vadbenih skupin naj se zagotovi dodatno zračenje.

Za dodatna pojasnila smo vam na voljo.



dr. Mojca Doupona  
GENERALNA DIREKTORICA

V vednost:

- Inšpektorat za šolstvo in šport, po e-pošti ([inspektorat-solstvo.mss@gov.si](mailto:inspektorat-solstvo.mss@gov.si))
- Zdravstveni inšpektorat, po e-pošti ([gp.zirs@gov.si](mailto:gp.zirs@gov.si))
- Nacionalni inštitut za javno zdravje, po e-pošti ([info@nijz.si](mailto:info@nijz.si))