



## Co powinieneś wiedzieć o kwarantannie

**Kwarantanna to termin, który towarzyszy nam na co dzień od początku epidemii koronawirusa. Żeby rozwiązać wątpliwości, zebraliśmy w jednym miejscu najważniejsze informacje na ten temat. Podstawowym celem kwarantanny jest zapobieganie rozprzestrzenianiu się koronawirusa. Przestrzegaj kwarantanny! To od Twojego postępowania zależy bezpieczeństwo innych osób.**

### Co to jest kwarantanna i ile trwa?

**Kwarantanna** to odosobnienie osoby zdrowej z powodu narażenia na zarażenie, np. po kontakcie z osobą chorą na koronawirusa. Co do zasady kwarantanna trwa 10 dni. Jednak w niektórych przypadkach okres ten jest dłuższy, np. wobec osób przebywających na kwarantannie w związku z zachorowaniem współdomownika. Więcej informacji znajduje się poniżej.

Przeważnie kwarantanna zaczyna się po tym jak organ inspekcji sanitarnej skontaktuje się z osobą narażoną na zakażenie. Osoba ta zostaje wtedy poinformowana o okresie trwania kwarantanny, a jej dane zostają umieszczone w tzw. systemie EWP.

Są jednak sytuacje, gdy objęcie kwarantanną jest niezależne od inicjatywy ze strony Państwowej Inspekcji Sanitarnej:

- 1) tzw. kwarantanna graniczna; osoba przekraczająca granicę Rzeczypospolitej Polskiej, jest obowiązana odbyć, po przekroczeniu tej granicy, obowiązkową kwarantannę, trwającą 10 dni licząc od dnia następującego po przekroczeniu tej granicy.
- 2) kwarantanna nakładana „automatycznie” w systemie EWP następnego dnia po zleceniu wykonania testu przez lekarza POZ – trwa do chwili uzyskania wyniku ujemnego, ale nie dłużej niż 10 dni. Nie dotyczy to osób wykonujących zawody medyczne.
- 3) kwarantanna, której podlega osoba prowadząca wspólne gospodarstwo domowe lub zamieszkująca z osobą, u której stwierdzono zakażenie wirusem SARS-CoV-2. Kwarantanna ta trwa przez cały okres izolacji domownika, u którego stwierdzono zakażenie wirusem SARS-CoV-2 plus 7 dni po zakończeniu przez niego tej izolacji.

### WAŻNE:

Nowe, ważne przepisy dotyczące kwarantanny weszły w życie 3 listopada 2020 r. Intencją tych zmian było to, aby **osoba zamieszkująca z osobą izolowaną poddała się rzeczywistej kwarantannie już od momentu uzyskania przez współmieszkańca dodatniego wyniku testu**, zanim organy Powiatowej Inspekcji Sanitarnej, prowadząc dochodzenie epidemiczne, zadzwonią do tej osoby i wprowadzą jej dane do systemu.

Jednocześnie wprowadzono również podstawę do uzyskiwania przez osobę objętą ww. kwarantanną, wynagrodzenia albo zasiłku za ten okres.

**Podstawą do wypłaty takiej osobie świadczeń za okres nieobecności w pracy z powodu obowiązku odbycia kwarantanny (wynagrodzenia lub zasiłku chorobowego), będzie złożone przez ubezpieczonego oświadczenie o konieczności odbycia ww. kwarantanny.**

Oświadczenie obejmie informacje:

- imię i nazwisko oraz numer PESEL, ubezpieczonego,

- datę rozpoczęcia obowiązkowej kwarantanny (dzień, w którym domownik otrzymał informację o dodatnim wyniku testu),
- datę zakończenia kwarantanny (kwarantanna kończy się po 7 dniach od momentu zwolnienia z izolacji zakażonego domownika),
- imię, nazwisko, numer PESEL osoby zakażonej, a także dzień rozpoczęcia i zakończenia przez nią izolacji w warunkach domowych.

### Od kiedy zaczyna się kwarantanna

Kwarantanna osoby skierowanej na badanie trwa od dnia następującego po dniu wystawienia skierowania przez lekarza do czasu uzyskania wyniku ujemnego.

W nowych przepisach doprecyzowano, że **nie trwa dłużej niż 10 dni** – rozwiązuje to problem zbyt długiego oczekiwania na wynik testu i nie udało się uzyskać wyniku ujemnego, który stanowi podstawę zwolnienia.

### Co to jest izolacja i ile trwa?

W przypadku uzyskania dodatniego wyniku testu, kwarantanna przekształca się w izolację, która kończy się:

- u osób objawowych – 3 dni od ustąpienia objawów, ale nie krócej niż 13 dni od wystąpienia objawów,
- u osób bezobjawowych – 10 dni liczone od uzyskania wyniku dodatniego (poprzedzającej kwarantanny się w te 10 dni nie wlicza).

### Kto podlega kwarantannie?

Zgodnie z obowiązującymi przepisami obowiązkowej kwarantannie podlegają:

- osoby, które zostały skierowane na test w kierunku wirusa SARS-CoV-2 – kwarantanna jest nakładana automatycznie i trwa od dnia następującego po skierowaniu na test do chwili uzyskania ujemnego wyniku testu, który automatycznie zwalnia z odbywania obowiązkowej kwarantanny, nie później niż po upływie 10 dni od dnia następującego po dniu skierowania do diagnostyki laboratoryjnej,
- osoby, które miały bliski kontakt z osobą zakażoną np. w pracy, szkole – przez 10 dni, licząc od dnia następującego po kontakcie,
- osoby zamieszkujące z osobą zakażoną (izolowaną) – od dnia uzyskania pozytywnego wyniku testu przez osobę zakażoną (poddaną izolacji) do upływu 7 dni po zakończeniu izolacji osoby zakażonej,
- wybrane kategorie cudzoziemców, którzy przekraczają tę granicę RP, która stanowi zewnętrzną granicę UE – przez 10 dni, licząc od dnia następującego po dniu przekroczenia granicy (więcej informacji: [Koronawirus: wjazd do Polski](#)).

### Kogo kwarantanna nie obejmuje?

Obowiązkowej kwarantannie nie podlegają:

- osoby zamieszkujące lub prowadzące wspólne gospodarstwo domowe z osobą przebywającą na kwarantannie,
- osoby zamieszkujące lub prowadzące wspólne gospodarstwo domowe z osobą skierowaną na test zarówno bezobjawową, jak również wykazującą objawy chorobowe (podejrzaną o zachorowanie na COVID-19) – w okresie oczekiwania na wynik testu przez tę osobę; dopiero w przypadku dodatniego wyniku testu u osoby badanej, osoby z nią współzamieszkujące są obejmowane kwarantanną, a kwarantanna osoby badanej przekształca się w izolację,
- osoby, które zakończyły hospitalizację, odbywanie izolacji lub izolacji w warunkach domowych z powodu stwierdzenia zakażenia koronawirusem,
- osoby wykonujące zawód medyczny, pod warunkiem codziennego wykonywania testu antygenowego przez co najmniej 7 dni po dniu styczności ze źródłem biologicznych czynników chorobotwórczych.

### WAŻNE:

1. **osoby współzamieszkujące z osobą na kwarantannie nie podlegają już kwarantannie** – to jest np. sytuacja w której dziecko idzie na kwarantannę bo okazało się, że jego nauczycielka jest chora – jego rodzice nie podlegają automatycznej kwarantannie z tego powodu.

2. **osoba współzamieszkująca z osobą zakażoną wirusem SARS-CoV-2, czyli taką, która ma pozytywny wynik testu, ma obowiązek poddania się kwarantannie** – to jest sytuacja, w której np.: mąż ma dodatni wynik testu na COVID-19 i jest w izolacji, wtedy wszyscy razem mieszkający członkowie rodziny powinni poddać się kwarantannie.

### **Kwarantanna - i co dalej?**

Zostałeś objęty kwarantanną i zastanawiasz się, co teraz musisz zrobić. Po pierwsze, postępuj odpowiedzialnie i bezwzględnie pozostań w domu. Powinieneś to zrobić również, jeśli jeszcze nie masz formalnej informacji o objęciu kwarantanną i dobrze się czujesz.

Zasady obowiązujące w czasie trwania kwarantanny:

- nie opuszczaj miejsca zamieszkania, zakaz obejmuje też spacer z psem, wyjścia do sklepu czy do lekarza,
- w przypadku występowania objawów choroby (złe samopoczucie, gorączka, kaszel, duszności), należy koniecznie zgłosić to lekarza pierwszego kontaktu,
- postępuj zgodnie ze wskazówkami lekarza, sanepidu oraz innych służb,
- współpracuj ze służbami, w tym z sanepidem i policją w zakresie kontroli przebywania w miejscu zamieszkania podczas trwania kwarantanny,
- zainstaluj obowiązkową aplikację Kwarantanna domowa (do pobrania na stronie: [aplikacja Kwarantanna domowa](#)).

### **Skąd informacja o objęciu kwarantanną?**

Informacja o objęciu kwarantanną zostanie zarejestrowana w systemie informatycznym Centrum e-Zdrowia (system EWP). Dostęp do tego systemu ma m. in. Policja i Zakład Ubezpieczeń Społecznych.

Status związany z kwarantanną, możesz sprawdzić poprzez Internetowe Konto Pacjenta (IKE) – [Logowanie](#).

Państwowa Inspekcja Sanitarna nie wydaje decyzji związanych z objęciem kwarantanną. Nałożenie kwarantanny przez organy Państwowej Inspekcji Sanitarnej jest dokumentowane wpisem w systemie EWP.

### **Kwarantanna a świadczenia pieniężne**

Informacja o kwarantannie w systemie EWP jest dostępna również dla Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, który udostępnia ją pracodawcom na profilu PUE ZUS. Podstawą wypłaty świadczenia z tytułu choroby (wynagrodzenia za czas choroby lub zasiłku chorobowego) za okres nieobecności w pracy z powodu obowiązkowej kwarantanny jest informacja w systemie.

Osoba skierowana na kwarantannę przez Państwową Inspekcję Sanitarną ma prawo do świadczenia chorobowego (wynagrodzenia za czas choroby albo zasiłku chorobowego). Dotyczy to osób objętych ubezpieczeniem chorobowym, np. w związku z zatrudnieniem na podstawie umowy o pracę, umowy zlecenia czy prowadzeniem działalności gospodarczej.

Podstawą wypłaty świadczeń chorobowych przez pracodawcę lub ZUS za okres nieobecności w pracy z powodu obowiązkowej kwarantanny jest informacja z systemu EWP.

Ubezpieczony poddany kwarantannie w związku z zakażeniem koronawirusem osoby, z którą wspólnie zamieszkuje lub prowadzi wspólne gospodarstwo domowe (pozytywny wynik testu) powinien do wypłaty tych świadczeń złożyć oświadczenie o konieczności odbycia kwarantanny.

Ubezpieczony, który ubiega się o zasiłek opiekuńczy w związku z opieką nad dzieckiem lub innym członkiem rodziny przebywającym na kwarantannie lub objętym izolacją w warunkach domowych, powinien złożyć oświadczenie o konieczności sprawowania tej opieki.

Podmiot, który wypłaca świadczenia z tytułu choroby lub sprawowania opieki (pracodawca lub ZUS) może wystąpić do

organu Państwowej Inspekcji Sanitarnej o potwierdzenie informacji zawartych w oświadczeniach.

Więcej informacji, w tym wzory oświadczeń znajdziesz na stronie: [Dokumentowanie kwarantanny i izolacji do wypłaty świadczeń w razie choroby i opieki](#)

### **Wsparcie w czasie kwarantanny**

Jeśli podczas kwarantanny potrzebujesz pomocy, np. z zrobieniu zakupów, możesz skontaktować się w lokalnym ośrodkiem pomocy społecznej. Listę placówek znajdziesz na stronie: [Pomoc w czasie kwarantanny](#)

Jeśli potrzebujesz wsparcia psychologicznego, zajrzyj na stronę: [Pomoc psychologiczna](#)

### **Konsekwencje nieprzestrzegania kwarantanny**

Kontrolę realizacji obowiązkowej kwarantanny w warunkach domowych sprawują organy Państwowej Inspekcji Sanitarnej oraz Policja, Straż Graniczna, Żandarmeria Wojskowa lub Wojska Obrony Terytorialnej. Przepisy prawa przewidują możliwość nałożenia kary finansowej do 30 tys. zł na osoby, które nie przestrzegają kwarantanny. Decyzja co do konkretnej wysokości kary jest zawsze indywidualna.

### **Potrzebujesz więcej informacji na temat kwarantanny...**

Jeśli masz dodatkowe pytania dotyczące kwarantanny, zadzwoń na całodobową infolinię do kontaktu z inspekcją sanitarną: +48 22 25 00 115.

*Źródło gov.pl*