



Коронавірус в Нідерландах

Це інформація про те, як Нідерланди вирішують проблему з коронавірусом



Рекомендації

У Нідерландах немає суворих заходів проти коронавірусу. Проте влада рекомендує наступне:

- Часто мийте руки. Кашляйте і чхайте в лікоть.
- 1,5 метра – безпечна відстань для запобігання зараженню. Не вітайтеся потисканням рук.
- Забезпечте достатню кількість свіжого повітря у приміщенні, де ви знаходитесь.
- У вас є такі скарги, як застуда, біль у горлі, кашель чи температура? Не виходьте надвір і зробіть домашній експрес-тест, навіть якщо вам зробили вакцинацію від коронавірусу.
- У людних місцях ви можете носити маску, щоб захистити себе та інших.

У вас є питання, які стосуються вашого конкретного стану здоров'я? У такому разі обговоріть їх із (сімейним) лікарем.



Вакцинація від коронавірусу в Нідерландах

Так званий варіант коронавірусу Omikron BA-2 викликає зараз найбільші проблеми у Нідерландах. Цей варіант дуже заразний. Отже важливо пройти вакцинацію від коронавірусу, якщо ви ще зовсім не вакциновані або не повністю отримали вакцинацію.

У Нідерландах майже 90% людей отримали вакцинацію від коронавірусу. Вакцинація від коронавірусу захищає вас і, зрештою, вашу сім'ю та інших людей, з якими ви вступаєте в контакт. Після вакцинації у вас менше шансів серйозно захворіти або опинитися у лікарні через коронавірус. Чим більше людей вакциновані, тим складніше коронавірус поширюватися. У Нідерландах люди отримують дві вакцинації та бустерну вакцинацію через три або більше місяців. Бустерна вакцинація призначена для підтримки надійного захисту від коронавірусу. Проконсультуйтеся з муніципальною службою охорони здоров'я GGD, скільки вакцинацій вам ще необхідно зробити, якщо ви вирішите вакцинуватися. Навіть якщо у вас був коронавірус, розумно пройти вакцинацію. Вакцинація можлива через три місяці після того, як ви перехворіли на коронавірус. Це важливо, тому що захист поступово знижується, а вакцинація від коронавірусу забезпечує кращий та тривалий захист.

Як зробити вакцинацію від коронавірусу

Якщо ви приїхали з України, ви можете пройти вакцинацію від коронавірусу в Нідерландах безкоштовно, за попереднім записом або без неї, в пункті вакцинації GGD.

Записатися на вакцинацію можна за телефоном 0800 7070 (також англійською мовою).

Ви також можете отримати вакцинацію від коронавірусу в багатьох відділеннях GGD без попереднього запису. Зайдіть на сайт www.prikkenzonderafspraak.nl, щоб дізнатися про найближчий до вас пункт вакцинації.

Прийміть до відома

- У Нідерландах вакцинація від коронавірусу завжди **безкоштовна**.
- Ви вирішуєте, чи пройти вакцинацію від коронавірусу.
- Ви також можете пройти вакцинацію, якщо у вас немає номера BSN або ідентифікаційного номера.
- Ваші дані ніколи не будуть передані іншим особам у Нідерландах без вашого дозволу.
- У Нідерландах вважають за краще вакцинувати мРНК-вакциною (BioNTech/Pfizer або Moderna).
- Як альтернатива також пропонується вакцина Janssen або Novavax.
- Будь-яка людина старше п'яти років може бути вакцинована.
- Якщо ви зробили щеплення від коронавірусу, ви повинні заповнити

декларацію про стан здоров'я. Вона доступна українською та російською мовами у GGD.

- Ви вагітні? У цьому випадку ви можете безпечно пройти вакцинацію від коронавірусу. Вакцинація не шкідлива для вас, ні для вашої дитини. Лікарі навіть рекомендують пройти вакцинацію від коронавірусу. Згідно з дослідженнями, у вас більш високий ризик важко перенести коронавірус, якщо ви захворієте під час вагітності.
- Не плануйте поки вакцинацію або перенесіть її, якщо ви захворіли або піднялася температура в день вакцинації.

Додаткова інформація про вакцинацію від коронавірусу англійською мовою: www.government.nl/topics/coronavirus-covid-19/dutch-vaccination-programme



Тестування на коронавірус

Якщо у вас є скарги, які відповідають коронавірусу, такі як застуда, біль у горлі, температура або нежить, залишайтеся вдома та зробіть домашній експрес-тест. Це допомагає запобігти поширенню вірусу. Ви можете купити домашній експрес-тест в аптечному магазині, аптеці чи супермаркеті. Іноді муніципалітети безкоштовно роздають домашні експрес-тести.

Результат тесту

Якщо у вас позитивний результат тесту на коронавірус: залишайтеся у приміщенні не менше п'яти днів і по можливості уникайте контактів з іншими людьми, навіть якщо вони були вакциновані. Ви можете знову вийти надвір через п'ять днів, якщо у вас більше немає скарг протягом 24 годин. Якщо скарги не проходять, ви можете знову вийти надвір через 10 днів після початку скарг. Тоді ви більше не заразні.

Додаткова інформація про тестування та те, що робити після позитивного результату домашнього експрес-тесту англійською мовою: www.government.nl/topics/coronavirus-covid-19/coronavirus-test. Або дивіться на сайті quarantinecheck.rijksoverheid.nl (також і англійською мовою)

Якщо результат вашого домашнього експрес-тесту є негативним, ви можете знову вийти на вулицю до людей. Ви, як і раніше, маєте (легкі) скарги? У такому разі проведіть ще один домашній експрес тест на наступний день. У вас все ще може бути коронавірус, навіть якщо результат негативний. Тому: дотримуйтеся основних правил. Часто мийте руки, кашляйте і чхайте у згин ліктя і дотримуйтеся дистанції.



Поїздки

Якщо ви збираєтесь в поїздку, зверніть увагу, чи зможете ви вільно переміщатися. Іноді потрібний сертифікат про вакцинацію, сертифікат про проходження тесту або сертифікат про одужання для країни, до якої ви прямуєте.

- Зайдіть на сайт www.netherlandsworldwide.nl, щоб дізнатися, що вам потрібно для країни, в яку ви збираєтесь.
- Ви пройшли вакцинацію в Україні? У такому випадку ви можете безкоштовно зареєструвати вакцинацію в GGD, якщо ваша вакцина була схвалена ЄС. Для цього ви можете зателефонувати за номером 030-800 2899 (без вихідних з 08:00 до 17:00) (нідерландською або англійською мовою).
- Ви не були вакциновані? У такому разі ви можете поїхати в поїздку з негативним результатом тесту як доказ. Ви можете звернутися до різних місць проведення тестів для проходження тесту для поїздки. Такі тесті платні.

Додаткову інформацію про QR-код дивіться на сайті www.government.nl/topics/coronavirus-covid-19/covid-certificate.



У вас є питання про коронавірус?

- Зателефонуйте на гарячу лінію Червоного Хреста 06 48 15 80 53 (українською мовою).
- www.refugeehelp.com/get-help/category/health-care (також українською та російською мовами)
- www.pharos.nl/coronavirus (також українською та російською мовами)
- www.government.nl/topics/coronavirus-covid-19 (англійською мовою)