



Folkhälsomyndigheten

Zalecenia dotyczące osób przyjeżdżających do Szwecji z zagranicy

W wielu krajach rozpowszechniły się nowe mutacje wirusa wywołującego COVID-19. W związku z tym Szwedzka Agencja Zdrowia Publicznego (Folkhälsomyndigheten) zaleca podróżującym do Szwecji unikanie bliskich kontaktów przez przynajmniej 7 dni, wykonanie testu na obecność COVID-19 przed przyjazdem do Szwecji i piątego dnia po przyjeździe. Zalecenia dotyczą zarówno obywateli szwedzkich, jak i obywateli innych państw.

Zalecenia

Dotyczą osób, które są obywatelami szwedzkimi lub obcokrajowcami należącymi do jednej z grup, które są zwolnione z [wymogu testu z negatywnym wynikiem przed wjazdem do Szwecji](#) i **nie wykonały testu** przed wjazdem:

- Przetestuj się jak najszybciej po przyjeździe do Szwecji i powtórz test po 5 dniach od przyjazdu (nie dotyczy urodzonych w 2015 r. lub później).
- Zostań w domu i unikaj bliskich kontaktów przez 7 dni. Obowiązuje to nawet wtedy, gdy test wykazał, że nie miałeś COVID-19.

Dotyczą osób, które są obywatelami szwedzkimi lub obcokrajowcami należącymi do jednej z grup, które są zwolnione z [wymogu testu z negatywnym wynikiem przed wjazdem do Szwecji](#) i **wykonały test** przed wjazdem:

- Przetestuj się 5 dnia po przyjeździe (nie dotyczy urodzonych w 2015 r. lub później).
- Zostań w domu i unikaj bliskich kontaktów przez 7 dni. Obowiązuje to nawet wtedy, gdy test wykazał, że nie miałeś COVID-19.

Dotyczą obcokrajowców nienależących do żadnej z grup, które są zwolnione z [wymogu testu z negatywnym wynikiem przed wjazdem do Szwecji](#):

- Przetestuj się 5 dnia po przyjeździe (nie dotyczy urodzonych w 2015 r. lub później).
- Zostań w domu i unikaj bliskich kontaktów przez 7 dni. Obowiązuje to nawet wtedy, gdy test wykazał, że nie miałeś COVID-19.

Wykonaj test i zostań w domu

Przetestuj się jak najszybciej po przyjeździe do Szwecji i powtórz test po 5 dniach od przyjazdu. Dowiedz się jak wykonać test w miejscu, w którym się znajdujesz, odwiedzając witrynę 1177.se.

Zostań w domu i unikaj bliskich kontaktów przez co najmniej 7 dni po przyjeździe do Szwecji. Dotyczy to również osób, których wyniki testów na COVID-19 są negatywne. Dzieci, niezależnie od wieku, powinny również przestrzegać zalecenia pozostawania w domu i unikania bliskich kontaktów. Jeśli wynik testu na obecność COVID-19 będzie pozytywny, służba zdrowia przekaze Ci specjalne instrukcje.

Zalecenie dotyczące wykonania testu obowiązuje niezależnie od tego, które kraje odwiedziłeś i niezależnie od tego, czy wcześniej miałeś COVID-19. Zalecenie dotyczy również dzieci w zerówce i szkole, ale nie obowiązuje dzieci młodszych.

Czekając na przeprowadzenie testu, a następnie na jego wynik, należy zachowywać się tak, jakby się miało COVID-19. Trzeba zostać w domu, unikać bliskich kontaktów i dbać o higienę. Jeśli w ciągu siedmiu dni nie wystąpią objawy lub test nie wykaże wyniku pozytywnego, można zacząć wychodzić z domu, ale zawsze należy przestrzegać przepisów, [ogólnych porad i zaleceń](#), które dotyczą wszystkich.

Jeżeli z jakiegoś powodu nie masz możliwości przetestowania się na obecność COVID-19, ważne jest, aby pozostać w domu i w miarę możliwości unikać bliskich kontaktów oraz zwracać uwagę na higienę przez co najmniej 7 dni po przyjeździe do Szwecji.

Zawsze należy stosować się do przepisów i ogólnych porad Agencji Zdrowia Publicznego, a także zaleceń, [jak chronić siebie i innych przed rozprzestrzenianiem się zakażenia](#).

Wyjątki, których nie dotyczą zalecenia

Jeśli przetestowałeś się w ciągu 48 godzin przed przyjazdem do Szwecji, nie musisz sprawdzać się ponownie po przyjeździe, ale powinieneś wykonać test ponownie 5 dni po przyjeździe. Powinieneś jednak stosować się do zaleceń, czyli zostać w domu przez 7 dni i unikać bliskich kontaktów.

Osoby dojeżdżające do pracy za granicą, w tym studenci i uczniowie, kierowcy zawodowi i inni pracownicy, którzy często przekraczają granicę są wyłączeni ze stosowania się do zalecenia dotyczącego pozostania w domu i przetestowania się dwa razy, jeżeli są testowani regularnie (przynajmniej raz w tygodniu). Osoby dojeżdżające do pracy za granicą, w tym studenci i uczniowie, kierowcy zawodowi i inni pracownicy, którzy często przekraczają granicę, ale nie testują się regularnie, powinny wykonać test przed wjazdem do Szwecji, przetestować się ponownie 5 dnia po przyjeździe i zostać w domu oraz unikać bliskich kontaktów.

Hodowcy reniferów, ratownicy górscy, pracownicy graniczni i dzieci mieszkające na przemian z rodzicami w różnych krajach są zwolnieni z zalecenia pozostania w domu i dwukrotnego wykonywania testu. Nie trzeba ich również regularnie testować.

Jeśli wystąpią u Ciebie objawy

Trzeba zwracać szczególną uwagę na objawy COVID-19 przez 7 dni od przyjazdu do Szwecji. Jeśli wystąpią u Ciebie objawy, należy jak najszybciej poddać się testowi. Aby dowiedzieć się, jak postępować w regionie, w którym się znajdujesz, odwiedź witrynę internetową [1177.se](https://www.1177.se).

W przypadku pozytywnego wyniku testu na obecność COVID-19, służba zdrowia skontaktuje się z Tobą w celu ustalenia dalszego postępowania. Procedura ta przebiega różnie w różnych regionach, może na przykład ktoś zadzwonić lub uzyskasz pisemną informację. Służba zdrowia przekaże Ci zasady postępowania.

Przeczytaj więcej

[Regeringens frågor och svar om inreseförbud i Sverige \(po angielsku\)](#)
