



COVID-19

Po podróży za granicę

Updated May 3, 2021

[Print](#)

Podczas podróży może dojść do kontaktu z osobą chorą na COVID-19. Mimo że czujesz się dobrze i nie występują u Ciebie żadne objawy, nadal możesz być zakażony(-a) i przenosić wirusa na inne osoby. Ty i Twoi towarzysze podróży (w tym [dzieci](#)) stanowicie zagrożenie dla Waszych rodzin, znajomych i społeczności przez 14 dni po podróży.

Informacje po podróży dla osób [w pełni zaszczepionych](#) szczepionką dopuszczoną do obrotu przez FDA lub szczepionką dopuszczoną do stosowania w stanach nagłych przez Światową Organizację Zdrowia:

- Poddaj się [badaniu na obecność wirusa](#) po upływie 3–5 dni od odbytej podróży.
 - W przypadku uzyskania dodatniego wyniku w badaniu [odizoluj się](#), aby chronić inne osoby przed zakażeniem.
- Kontroluj swój stan zdrowia pod kątem objawów zakażenia COVID-19. Odizoluj się i poddaj się badaniu na obecność wirusa w przypadku wystąpienia objawów.
- Po podróży przestrzegaj wszystkich [krajowych i miejscowych](#) zaleceń lub wymogów.

Wytyczne do przestrzegania po podróży dla **niezaszczepionych osób**:

- Poddaj się [badaniu na obecność wirusa](#) po upływie 3–5 dni od odbytej podróży **ORAZ** pozostań w domu i poddaj się kwarantannie przez pełne 7 dni po podróży.

GLOBAL HEALTH ALERT: COVID-19

You may have been exposed to COVID-19 while traveling. Even with no symptoms, you can spread the virus to others.

Protect others from getting sick:

- Keep at least 6 ft / 2 m apart from others.
- Wear a mask.
- Wash your hands often.

Take care after travel:

- If fully vaccinated* with a US FDA- or WHO-authorized vaccine, get tested at 3–5 days.
- If NOT fully vaccinated, get tested at 3–5 days AND stay home for 7 days. If you don't get tested, stay home for 10 days.

*Fully vaccinated means 2 weeks after your final dose.

If you test positive or get sick, isolate yourself from others.

[Download English version](#)

- Nawet w przypadku uzyskania ujemnego wyniku w badaniu pozostań w domu i poddaj się kwarantannie przez pełne 7 dni.
- W przypadku uzyskania dodatniego wyniku w badaniu [odizoluj się](#), aby chronić inne osoby przed zakażeniem.
- Jeśli nie poddasz się badaniu, pozostań w domu i poddaj się kwarantannie przez 10 dni po podróży.
- Niezależnie od tego, czy poddasz się badaniu czy nie, przez 14 dni unikaj kontaktów z osobami, które są narażone na [zwiększone ryzyko wystąpienia ciężkiej postaci choroby](#).
- Kontroluj swój stan zdrowia pod kątem objawów zakażenia COVID-19. Odizoluj się i poddaj się badaniu na obecność wirusa w przypadku wystąpienia objawów.
- Przestrzegaj wszystkich [krajowych i miejscowych](#) zaleceń lub wymogów.

Czy jest Pan/Pani osobą w pełni zaszczepioną?

Osoby uznawane za w pełni zaszczepione:

- 2 tygodnie po podaniu drugiej dawki w serii 2-dawkowej, tj. szczepionki Pfizer lub Moderna, lub
- 2 tygodnie po podaniu szczepionki jednodawkowej, tj. szczepionka firmy Janssen należącej do koncernu Johnson & Johnson

Jeżeli nie spełnia Pan/Pani tych wymogów, NIE jest Pan/Pani osobą w pełni zaszczepioną.

Wytyczne dla osób, którzy przebyły rozpoznane zakażenie COVID-19 w przeciągu 3 ostatnich miesięcy i wyzdrowiały:

Przestrzegaj wszystkich zaleceń lub wymogów obowiązujących w przypadku w pełni zaszczepionych podróżnych, przy czym NIE musisz poddawać się badaniu na obecność wirusa po upływie 3–5 dni od podróży do Stanów Zjednoczonych, o ile nie występują u Ciebie [objawy zakażenia COVID-19](#). Wiadomo jest, że wcześniej zakażone osoby mogą uzyskiwać dodatni wynik w badaniu na obecność wirusa do 3 miesięcy po przebytym zakażeniu COVID-19, aczkolwiek nie przenosić dłużej zakażenia na innych.

Co należy zrobić w razie zachorowania po podróży albo uzyskania dodatniego wyniku badania

Niezależnie od tego, czy otrzymano szczepionkę, w przypadku choroby, której towarzyszą gorączka, kaszel albo inne [objawy zakażenia COVID-19](#) albo w przypadku uzyskania dodatniego wyniku badania:

- [Odizoluj się w przypadku zachorowania](#). Nie wychodź z domu i [podejmij inne środki ostrożności](#). Unikaj kontaktu z innymi osobami do momentu, gdy [zakończenie izolacji w domu będzie bezpieczne](#).
- Nie podróżuj w czasie choroby.
- Możesz chorować na COVID-19. W takim przypadku warto wiedzieć, że większość osób jest w stanie wyzdrowieć w domu bez opieki medycznej.
- Pozostań w kontakcie z lekarzem. Przed udaniem się do gabinetu lekarza albo na oddział ratunkowy zadzwoń i poinformuj pracowników, że możesz chorować na COVID-19.
- W przypadku wystąpienia [nagłych objawów ostrzegawczych](#) (w tym trudności z oddychaniem) niezwłocznie uzyskaj ratunkową opiekę medyczną.
- Jeśli mieszkasz w niewielkiej przestrzeni z innymi osobami, zastosuj [dodatkowe środki ostrożności](#), aby chronić te osoby.

W przypadku wizyty lekarskiej, której nie można przełożyć, zadzwoń do gabinetu lekarza i poinformuj go, że chorujesz albo możesz chorować na COVID-19. Dzięki temu pracownicy gabinetu będą mogli chronić siebie i innych pacjentów. Więcej szczegółowych informacji znajduje się na stronie CDC [Co należy robić w przypadku choroby](#).

* Niniejsze wytyczne dotyczą szczepionek przeciwko COVID-19 dopuszczonych obecnie przez Food and Drug Administration do stosowania w nagłych przypadkach: Szczepionki przeciwko COVID-19 wyprodukowane przez Pfizer-BioNTech, Moderna oraz Johnson and Johnson (J&J)/Janssen. Niniejsze wytyczne mogą być również stosowane do szczepionek przeciwko COVID-19, które zostały dopuszczone do stosowania w nagłych przypadkach przez Światową Organizację Zdrowia (np. AstraZeneca/Oxford). Więcej informacji na temat dopuszczonych przez WHO szczepionek przeciwko COVID-19 można znaleźć na [stronie internetowej WHO](#) [🔗](#).

Dodatkowe zasoby

[Zalecenia dotyczące podróży w zależności od miejsca docelowego](#)

[Podróż na terenie kraju w czasie pandemii COVID-19](#)

[Podróż za granicę w czasie pandemii COVID-19](#)

[Narzędzie do planowania podróży](#)

[Lista numerów telefonów Departamentu Zdrowia](#)

Last Updated May 3, 2021

Content source: [National Center for Immunization and Respiratory Diseases \(NCIRD\), Division of Viral Diseases](#)