

Malattia da coronavirus 2019 (COVID-19)

Come isolarsi

Segua i consigli del suo fornitore di servizi sanitari.

Qualora avesse domande, o si sentisse peggiorare, contatti il suo fornitore di cure sanitarie, Telehealth (1-866-797-0000) o la sua unità sanitaria pubblica locale.

Rimanere a casa

- Non usare il trasporto pubblico, i tassì né condividere le vetture.
- Non recarsi al lavoro, a scuola o in altri luoghi pubblici.
- Il suo fornitore di servizi sanitari o l'unità sanitaria pubblica le dirà quando può uscire in tutta sicurezza.



Limitare le visite a casa sua

- Solo visite necessarie, e per breve tempo.
- Tenere persone anziane e con condizioni croniche (diabete, problemi polmonari, immunodeficienze) lontane dalle persone infette



Evitare il contatto con altre persone

- Rimanere il più possibile in stanze separate dalle altre persone in casa e, se disponibile, usare un bagno separato.
- Assicurarci che le camere in comune siano ventilate (per esempio lasciando le finestre aperte).



Stare distanti

- Quando in una stanza con altre persone, stia almeno a due metri dagli altri e porti una mascherina che copra naso e bocca.
- Qualora non avesse una mascherina, gli altri dovrebbero portarne una quando sono nella stessa stanza con lei.



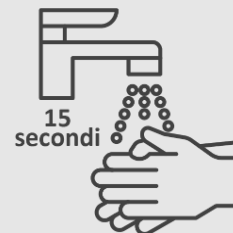
Coprire colpi di tosse e starnuti

- Coprire bocca e naso con un fazzolettino qualora tossisse o stanutisse.
- Tossire o starnutire nella manica o nel gomito e mai nella mano.
- Gettare fazzolettini usati in un cestino con sacchetto di plastica, ed in seguito lavarsi le mani. Il sacchetto nel cestino facilita e rende più sicura l'eliminazione delle spazzature.
- Dopo aver svuotato il cestino, si lavi le mani.



Lavarsi le mani

- Lavarsi sovente le mani con acqua e sapone.
- Asciugarsi con un fazzoletto di carta o con un asciugamano che non condivide con nessuno.
- Usare un disinfettante a base di alcool qualora acqua e sapone non fossero disponibili.



Coprire naso e bocca con mascherina

- Portare una mascherina nel caso sia necessario uscire di casa per recarsi dal fornitore di servizi sanitari.
- Portare una mascherina quando a meno di due metri da altre persone.



Contattare la sua unità sanitaria:

Saperne di più sul virus

Il COVID-19 è un virus nuovo. Si trasmette tramite gocce da una persona infetta a quanti gli sono in contatto stretto, per esempio chi vive nella stessa dimora o prodighi cure.

Può trovare dati aggiornati sul COVID-19 sul sito internet del ministero della salute dell'Ontario: ontario.ca/coronavirus

I dati in questo documento sono quelli disponibili il 14 febbraio 2020

©Queen's Printer for Ontario, 2020

Ontario 