

Коронавирусная болезнь 2019 (COVID-19)

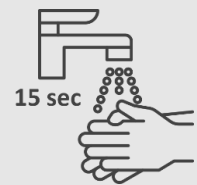
Самоизоляция: Руководство для ухаживающих лиц, членов семей и тесно контактирующих лиц

Если вы ухаживаете за больным вирусом или живете вместе с ним, считается, что вы тесно контактируете.

Ваше местное медицинское учреждение даст вам специальные инструкции о том, как следить за своим здоровьем, что делать, если вы почувствуете себя плохо, и как связаться с учреждением. Обязательно сообщите медицинским работникам, что вы тесно контактируете с больным COVID-19.

Часто мойте руки

- Мойте руки с мылом и водой после каждого контакта с зараженным человеком.
- В качестве альтернативы используйте дезинфицирующее средство для рук на спиртовой основе.



Носите маску, перчатки и защитные очки

- Носите маску, перчатки и защитные очки, когда вы контактируете со слюной человека или другими биологическими жидкостями (например, с кровью, потом, слюной, рвотой, мочой и калом).
- Для защиты глаз можно использовать защитные очки и лицевые щитки.



Утилизируйте перчатки и маску после использования

- Снимите перчатки и маску сразу после обслуживания больного и выбросьте их в мусорную корзину с пластиковым пакетом.
- Сначала снимите перчатки и вымойте руки водой с мылом, а затем снимите маску.
- Большинство лицевых щитков и защитных очков можно использовать повторно и очищать после использования средством для мытья посуды и водой или дезинфицирующим средством.
- Снова вымойте руки водой с мылом, прежде чем прикасаться к лицу или выполнять какие-либо другие действия.



Ограничьте количество посетителей в вашем доме

- Принимайте только необходимых посетителей и сокращайте время посещения.
- Не допускайте контактов пожилых людей и людей с хроническими заболеваниями (например, с диабетом, легочными заболеваниями и иммунодефицитом) с инфицированным человеком.



Не пользуйтесь предметами домашнего обихода, которыми пользуется больной

- Не пользуйтесь посудой, стаканами, чашками, столовыми приборами, полотенцами, постельными принадлежностями или другими предметами, которыми пользуется больной.
- После использования эти предметы следует мыть мылом или моющим средством в теплой воде. Никакого специального мыла не требуется.
- Можно использовать посудомоечные и стиральные машины.
- Не пользуйтесь сигаретами больного.



Чистка

- Проводите чистку, используя обычные чистящие средства для дома.
- Ежедневно регулярно очищайте предметы, к которым часто притрагиваются, включая туалеты, ручки кранов, дверные ручки и прикроватные тумбочки.



Тщательно стирайте вещи

- Нет необходимости стирать вещи отдельно, но прикасаться к ним нужно в перчатках.
- Сняв перчатки, сразу вымойте руки с мылом и водой.



Будьте осторожны при прикосновении к мусору

- Весь мусор можно класть в обычные мусорные баки.
- При опорожнении мусорных корзин старайтесь не прикасаться к грязным салфеткам. Использование пластикового мешка в мусорной корзине делает утилизацию отходов более безопасной и быстрой.
- Вымойте руки с мылом и водой или очистите их дезинфицирующим средством для рук на спиртовой основе после опорожнения мусорной корзины.



Информация о вирусе

COVID-19 – это новый вирус. Он распространяется через выделения из дыхательных путей зараженного человека, попадающей на других людей, с которыми он тесно контактирует, таких как члены семьи или люди, предоставляющие уход. Вы также можете ознакомиться с актуальной информацией о COVID-19 на веб-сайте Министерства здравоохранения Онтарио: ontario.ca/coronavirus.

Для получения дополнительной информации обращайтесь к:

Информация в этом документе актуальна по состоянию на 31 июля 2020 г.