

Коронавірусна інфекція 2019 (COVID-19)

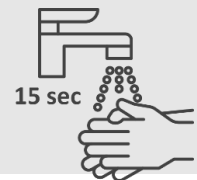
Самоізоляція: Посібник для доглядачів, членів сімей та близьких контактів

Якщо ви доглядаєте когось зараженого на вірус, ви вважаєтесь «близьким контактом».

У місцевій поліклініці вам нададуть спеціальні вказівки, як стежити за станом свого здоров'я і що робити, якщо ви почнете відчувати симптоми хвороби, а також контакти, за якими можна звернутись до лікаря. Обов'язково попередьте лікаря про те, що ви є близьким контактом і доглядаєте особу заражену на COVID-19.

Часто мийте руки

- Мийте руки з милом і водою після кожного контакту із зараженою людиною.
- Або використовуйте дезінфікуючий засіб на спиртовій основі.



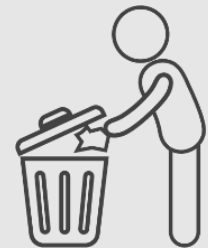
Носіть маску, рукавички та засоби захисту для очей

- Носіть маску, рукавички та засоби захисту для очей, коли контактуєте зі слиною людини або іншими рідинами організму (такими як кров, піт, слина, блювота, сеча і кал).
- Засоби захисту для очей включають захисні окуляри, маски для очей та повнопрофільні захисні маски на все обличчя.



Викиньте маску і рукавички після використання

- Зніміть рукавички й маску одразу після використання й утилізуйте їх, викинувши у кошик для сміття з поліетиленовим пакетом.
- Спочатку зніміть рукавички й помийте руки з милом і водою, а потім зніміть маску.
- Більшість масок на обличчя й очі можна мити і використовувати повторно. Очистити такі маски можна за допомогою засобу для миття посуду чи дезінфікуючого засобу.
- Ще раз помийте руки з милом і водою перед тим, як торкатися свого обличчя й займатися іншими справами.



Обмежте кількість відвідувачів у вашому домі

- Дозволяйте відвідувати ваш будинок лише у разі крайньої необхідності й слідкуйте, щоб зустрічі були максимально короткими.
- Тримайте якнайдалі від зараженої людини осіб похилого віку та людей з хронічними захворюваннями (наприклад, з діабетом, захворюваннями легенів чи імунodefіцитом).



Уникайте спільного користування предметами побуту

- Не діліться тарілками, питними склянками, чашками, посудом, рушниками, постільною білизною та іншими предметами побуту з людиною, яка проходить обстеження.
- Після користування ці предмети слід помити з милом або миючим засобом у теплій воді. Спеціальне мило не потрібне.
- Для миття цих предметів можна також використовувати пральні та посудомийні машинки.
- Не діліться сигаретами.



Прибирання

- Прибирайте свій будинок звичайними побутовими засобами.
- Щодня мийте місця і речі, яких торкаються часто, наприклад, туалет, ручки для ванної, дверні ручки та тумбочки.



Ретельно періть білизну

- Немає необхідності розділяти білизну, однак слід одягти рукавички при взаємодіях з нею.
- Не забудьте помити руки з милом і водою одразу після того, як знімете рукавички.



Будьте обережні, торкаючись сміття

- Усі відходи можна викидати у звичайні кошики для сміття.
- Коли ви виймаєте сміття з кошика, намагайтеся не торкатися використаних тканин руками. Вкладіть у кошик поліетиленовий пакет, це зробить утилізацію відходів більш зручною і безпечною.
- Після того, як ви випорожнили кошик для сміття, помийте руки з милом і водою або скористайтеся дезінфікуючим засобом на спиртовій основі.



Інформація про вірус

Вірус COVID-19 новий. Він поширюється дихальними крапельками від зараженої людини до здорової при тісному контакті, наприклад, якщо люди проживають разом або доглядають одне одного. Актуальну інформацію про вірус COVID-19 ви можете отримати на веб-сайті Міністерства охорони здоров'я Онтаріо: ontario.ca/coronavirus.

За більш детальною інформацією звертайтеся: _____

Інформація, викладена у цій статті, датована 31 липня 2020 р.