

Инструкции по домашнему карантину в случае подтвержденной коронавирусной инфекции COVID-19

Оставайтесь дома, за исключением необходимости в получении медицинской помощи.

Вы не должны выходить из дома, кроме как для получения медицинской помощи. Не ходите на работу, в школу или общественные места. Не используйте общественный транспорт, совместные поездки или такси. Изолируйтесь от других людей и животных в вашем доме.

Члены вашей семьи: по возможности, вы должны находиться в отдельной комнате и отдельно от других людей в вашем доме. Используйте отдельную ванную комнату, если есть. Если у вас дома есть дети школьного возраста и они все еще посещают занятия, они должны прекратить посещать школу или детский сад. Не принимайте дома посетителей без необходимости.

Животные: Если вы больны COVID-19, избегайте контакта с домашними животными и другими животными, точно так же, как и с людьми. Не отправляйте своих домашних животных в приют.

Перед посещением врача, необходимо заранее позвонить. Отмените несрочные медицинские приемы. Если вам требуется медицинское обследование, позвоните врачу и скажите, что у вас коронавирус (COVID-19). Это поможет медучреждению принять меры по предотвращению возможности заражения других людей или перенести встречу, если это необходимо.

Во всех возможных случаях носите маску для лица: Вы должны носить маску для лица, если вы находитесь рядом с другими людьми (например, в комнате, в машине) или с домашними животными, а также перед тем, как войти в клинику. Если вы не можете носить маску (например, из-за проблем с дыханием), люди, которые живут с вами, не должны оставаться с вами в одной комнате, или вы должны надевать маску, когда они входят в вашу комнату.

Прикрывайте рот при кашле и чихании

Прикройте рот и нос салфеткой, когда кашляете или чихаете. Выбросьте использованные салфетки в мусорный бачок, если это возможно. Сразу же вымойте руки с мылом и водой в течение как минимум 20 секунд или, если нет мыла и воды, протрите руки дезинфицирующим средством для рук на спиртовой основе.

Чаще мойте руки (для себя и своих домашних)

Часто мойте руки с мылом и водой в течение не менее 20 секунд, особенно после сморкания, кашля или чихания; похода в туалет; и перед едой или приготовлением пищи. Если мыло и вода недоступны сразу, обработайте всю поверхность рук дезинфицирующим средством для рук на спиртовой основе, растирая их, пока они не станут сухими. Если руки заметно грязные, то предпочтительнее мытье с мылом и водой. Старайтесь не касаться глаз, носа и рта неммытыми руками.

Избегайте совместного использования личных предметов домашнего обихода.

Вы не должны делиться своей посудой, стаканами, чашками, столовыми приборами, полотенцами или постельными принадлежностями с другими людьми или домашними животными в вашем доме. После использования этих предметов их следует тщательно вымыть с мылом и водой.

Часто или, по крайней мере, ежедневно очищайте все поверхности с высоким уровнем прикосновения. Поверхности, которых постоянно касаются, включают разного рода столы, дверные ручки, оборудование ванной комнаты, унитазы, телефоны, клавиатуры, планшеты и тумбочки. Также очищайте все поверхности, на которых может быть кровь, испражнения или биологические жидкости. Используйте бытовой чистящий спрей или протирайте их в соответствии с инструкциями на этикетке. Этикетки содержат инструкции по безопасному и эффективному использованию чистящего средства, включая меры предосторожности, которые следует соблюдать при нанесении средств.

Следите за своими симптомами.

Срочно обращайтесь за медицинской помощью, если вы чувствуете себя хуже (например, затрудненное дыхание, спутанность сознания). Если это возможно, прежде чем обратиться за медицинской помощью, позвоните своему врачу и скажите, что у вас COVID-19. Они могут направить вас в специальный кабинет или отделение для обращения за медицинской помощью. Если возможно, наденьте маску для лица, прежде чем войти в учреждение. Эти шаги помогут медицинскому учреждению предотвратить воздействие или заражение других людей в приемном отделении или комнате ожидания.

Если вам нужна неотложная медицинская помощь и вам необходимо позвонить по номеру 911, сообщите диспетчеру о возможном наличии у вас COVID-19. Если возможно, наденьте маску для лица до прибытия бригады скорой помощи.

Прекращение изоляции на дому

Пациенты с подтвержденным коронавирусом (COVID-19) должны оставаться под домашними мерами предосторожности до тех пор, пока не снизится риск передачи другим людям. Мы рекомендуем вам оставаться дома на карантине в течение не менее 7 дней с момента начала заболевания ИЛИ в течение как минимум 3 дней при отсутствии симптомов (без приема жаропонижающих препаратов), в зависимости от того, что наступит раньше.

[Additional Information on Covid-19](#)