

10 рекомендаций, которые помогут вам защитить близких, если у вас COVID-19 и вы получаете уход на дому



Всемирная организация здравоохранения

Европейское региональное бюро

Если при положительном результате теста на COVID-19 у вас отсутствуют симптомы или заболевание протекает в легкой форме, ваш врач может рекомендовать уход на дому вместо госпитализации.

Чтобы защитить ваших близких от COVID-19 во время ухода на дому, соблюдайте эти десять мер:

1. Находитесь в отдельной комнате.

Если у вас COVID-19, вам следует максимально ограничить любые контакты с другими людьми. Если находиться в отдельной комнате во время домашнего ухода невозможно, старайтесь держаться от домочадцев на расстоянии не менее одного метра.

2. Проветривайте помещение.

Ваша комната должна регулярно проветриваться. По возможности старайтесь держать окна открытыми.

3. Носите маску.

Старайтесь как можно дольше оставаться в медицинской маске, особенно если вы в комнате не одни и если держаться от близких на расстоянии не менее одного метра нет возможности. Люди, которые находятся с вами в одном помещении, также должны носить медицинские маски.

4. Уход должен осуществляться одним человеком.

Уход за больным должен по возможности осуществляться одним человеком, у которого не наблюдается никаких нарушений здоровья.

5. Исключите любые посещения.

Отказавшись от приема любых гостей на время болезни, вы защитите других людей и поможете остановить распространение COVID-19. По возможности поддерживайте общение с друзьями и семьей по телефону или интернету.

6. Обрабатывайте поверхности.

Очистка и дезинфекция всех поверхностей, к которым вы регулярно прикасаетесь, должны производиться не реже, чем один раз в день.

7. Не делитесь личными вещами.

У вас должны быть собственные предметы посуды, столовые принадлежности, полотенца и постельное белье, которыми не может пользоваться никто другой. Обрабатывайте их водой и мылом.

8. Прикрывайте рот, когда кашляете или чихаете.

При чихании или кашле прикрывайте рот сгибом локтя или одноразовой салфеткой, которую следует выбросить сразу же после использования.

9. Тщательно мойте руки.

Все члены вашей семьи должны регулярно мыть руки водой с мылом.

10. Безопасно утилизируйте отходы.

Все личные отходы перед утилизацией должны быть упакованы в плотные закрывающиеся пакеты.

Если ваше состояние ухудшилось, проконсультируйтесь по телефону со своим врачом.



Чтобы узнать больше об уходе на дому, если у вас COVID-19, отсканируйте QR-код:

