



Для того, щоб попередити подальше розповсюдження COVID-19 особи, які були в контакті з хворими, повинні повідомити свого сімейного лікаря та залишатись вдома дотримуючись карантину 14 діб.

Як підтримувати зв'язок з друзями та рідними?



Ви можете спілкуватись з друзями та родичами за допомогою відео- та аудіозв'язку, через інтернет. Головне - не виходити з дому до тих пір, поки не закінчиться карантин.

Що робити, якщо з'явилися перші симптоми захворювання?

Якщо ви помітили у себе перші симптоми COVID-19 необхідно зразу зателефонувати до свого сімейного лікаря.

Хто спостерігає за тими, хто знаходиться на карантині?



У них беруть аналізи на коронавірус?

Для контролю за знаходженням на карантині можуть використовуватись електронні та технічні засоби контролю. За всіма, хто знаходиться на карантині, проводиться медичний нагляд сімейним лікарем.

Також контроль за дотриманням умов самоізоляції здійснюється працівниками Нацполіції.

При появі ознак захворювання медичні працівники проводять відбір матеріалу для дослідження на COVID-19 (мазок із носа та ротоглотки).

Що це означає?



- Не виходити з дому весь період карантину, навіть для того, щоб отримати посилку, купити продукти або викинути сміття;
- по можливості знаходитись в окремій кімнаті;
- користуватись окремим посудом, індивідуальними засобами гігієни, білизною та рушниками;
- купувати продукти та необхідні товари домашнього вжитку дистанційно онлайн або звернутись за допомогою до родичів, друзів, сусідів;
- виключити контакти з членами своєї родини та іншими особами;
- використовувати засоби індивідуального захисту та дезінфікуючі засоби (маски, спиртові серветки та ін.)

Чому саме 14 днів?

Два тижні карантину за тривалістю відповідають інкубаційному періоду коронавірусної хвороби – часу, коли хвороба може проявити перші симптоми.

Як отримати лікарняний на період карантину

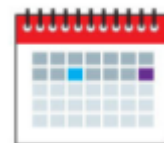
Поки ви знаходитесь в режимі карантину вдома сімейний лікар відкриває вам листок непрацездатності на два тижні. Щоб отримати лікарняний не потрібно приходити в поліклініку, необхідно зателефонувати до свого сімейного лікаря.

Що обов'язково потрібно робити під час карантину?



- Мити руки водою з милом або обробляти шкіряними антисептиками – перед прийомом їжі, перед контактом зі слизовими оболонками очей, рота, носа, після відвідування туалету;
- регулярно провітрювати приміщення та проводити вологе прибирання із застосуванням засобів побутової хімії з миючим та миючо-дезінфікуючим ефектом.

Як зрозуміти, що карантин закінчився



Карантин на дому завершується після 14 днів ізоляції, якщо відсутні ознаки захворювання та є заключення сімейного лікаря.

Що робити зі сміттям?

- Побутове сміття необхідно упакувати в подвійні міцні сміттєві пакети, щільно закрити та виставити за межі квартири. Щоб утилізувати це сміття можна звернутись за допомогою до родичів, друзів, сусідів.

Бережіть себе та будьте здорові!