

ПРАВИЛА ПРЕБЫВАНИЯ В ЗОНЕ ИЗОЛЯЦИИ

Что такое "коронавирус"?

Коронавирус (Covid-19) - это заболевание, которое очень похоже на грипп. Вирус является причиной возникновения респираторных жалоб, кашля и повышенной температуры. Большинство людей излечиваются от вируса (в основном, в течение 7 дней). Для пожилых и людей с, например, заболеваниями легких, сердца или почек вирус может быть особо опасен.

Коронавирус передается от человека к человеку. Когда зараженный человек кашляет или выдыхает, вирус распространяется через мельчайшие капельки влаги из носа или рта. Инфицированный человек также может передать вирус через руки. Если вы заболели, вам следует позаботиться о том, чтобы не заразить других людей.

¿Cuáles son los síntomas?



Температура
(выше 37,5° C)



Кашель и/или чихание



Боль в горле



Затрудненное дыхание

Что такое "зона изоляции"?

Зона изоляции - это помещение в приемном центре, в котором люди должны находиться изолированными от остальных не менее 7 дней. Лицам в зоне изоляции нельзя контактировать с другими жильцами приемного центра. Изоляция (уединение) необходима, чтобы предотвратить заражение других людей и дальнейшее распространение коронавируса.

Правила зоны изоляции

Во время вашего пребывания в зоне изоляции вы должны соблюдать следующие правила. Таким образом вы гарантируете, что не заразите коронавирусом людей, попадающих в зону изоляции.



Оставайтесь в своей комнате

- Оставайтесь в своей комнате или в зоне изоляции.
- Покинуть зону изоляции только по срочным или санитарным причинам.
- Носите маску, когда выходите из зоны изоляции.



Ваша личная гигиена

- Регулярно мойте руки с мылом под проточной водой
 - перед приемом пищи
 - после каждого посещения туалета
 - после кашля или чихания
 - каждый раз, когда выходите из комнаты
- Как можно меньше касайтесь руками лица
- Уделяйте достаточно внимания вопросу личной гигиены





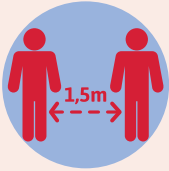
Пользуйтесь бумажными носовыми платками

- При кашле и чихании каждый раз используйте новый бумажный носовой платок
- Выбрасывайте носовые платки в закрывающийся мусорный бак
- Во время кашля или чихания прикрывайтесь бумажным носовым платком или локтем.



Ни с кем не делитесь своими предметами и вещами

- НЕ делитесь своими предметами (зубная щетка, столовые приборы, одежда, полотенце, одеяла) с другими людьми
- НЕ делитесь сигаретами с другими людьми.



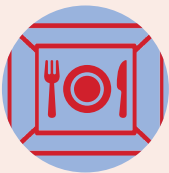
Держите дистанцию

- Держитесь на расстоянии 1,5 метра от других людей (а если возможно, то на расстоянии 1 метра в вашей комнате).
- Вам нельзя принимать гостей в комнате или в зоне изоляции.
- Не носите маску в зоне изоляции.
- Только сотрудники, которые должны заходить в зону изоляции, одевают маски.



Держите свою комнату в чистоте

- Регулярно протирайте с моющим средством поверхности, с которыми соприкасаетесь (стол, дверные ручки, пол, сиденье унитаза ...).
- Смывайте унитаз при закрытой крышке.
- Грязное белье кладите в специально предусмотренный для этого мешок. Ваше белье заберут и постирают.
- Трижды в день открывайте окна комнаты для проветривания.
- Отправляйте все одноразовые предметы, носовые платки и отходы в мусорный бак. Закрывайте мусорный бак.



Принимайте пищу в комнате

- Пищу вам будут разносить по комнатам. Не ходите в столовую.
- После еды вымойте если возможно предметы многоразового использования с мылом под проточной водой и оставьте у двери своей комнаты. Их заберут.



Медицинская помощь

- Сотрудник медицинской службы будет регулярно посещать вас в зоне изоляции. Строго соблюдайте данные им/ей инструкции.
- Запрещено самостоятельно ходить в медицинскую службу или на прием.
- Если вам нужен кто-то из (медицинской) службы из-за ухудшения симптомов (высокая температура, затрудненное дыхание), пожалуйста, обратитесь по номеру
- Ожидайте в своей комнате.
- При необходимости врач или медсестра навестят вас в вашей комнате



Выше нос!

Мы знаем, что жизнь в изоляции нелегка. Помните, что ваше пребывание в зоне изоляции временное. В точности соблюдая эти правила, вы гарантируете, что ваша семья, друзья и другие люди в приемном центре не заболеют. И поэтому вы даже немного являетесь героем для своего окружения. Благодарим вас за соблюдение правил изоляции и желаем скорейшего выздоровления!

У вас есть вопросы? Вы чувствуете себя подавленным? Обратитесь к медперсоналу или сотруднику приемного центра по номеру