

Covid-19

PORADY DLA OSÓB W IZOLACJI W DOMU I DLA ICH OTOCZENIA

PORADY DLA OSÓB CHORYCH

JETEŚ CHORY? CHROŃ SWOJE OTOCZENIE!



Zostań w domu i izoluj się jak najwięcej: nawet od rodziny, nawet do spania. Odmawiaj niekoniecznych wizyt i ograniczaj kontakt fizyczny. Nie chodź do szkoły, pracy ani do innych miejsc publicznych.



Zawsze używaj chusteczek papierowych. Chusteczka może być użyta tylko raz i należy ją wyrzucić do zamkniętego kosza na śmieci.



Kiedy kaszlesz lub kichasz, **zakryj usta chusteczką**, materiałem lub zagięciem łokcia.



Myj ręce tak często, jak to możliwe, mydłem i wodą. Umyj je zawsze po kaszlu lub kichaniu i po wydmuchaniu nosa.

OBSERWUJ SWOJE OBJAWY

Jeśli objawy się nasilą (np. Trudności w oddychaniu, bardzo wysoka gorączka), skontaktuj się z lekarzem. Jeśli musisz iść do szpitala, najpierw zadzwoń do recepcji i powiedz, że jesteś pacjentem Covid-19. Szpital przygotowuje się, aby uniknąć kontaktu z innymi ludźmi.

WSZYSTKIE INFORMACJE NA

www.info-coronavirus.be

0800/14 689



Covid-19

PORADY DLA OSÓB W IZOLACJI W DOMU I DLA ICH OTOCZENIA

PORADY DLA OTOCZENIA OSÓB CHORYCH

- ✓ Unikaj maksymalnie kontaktu fizycznego z pacjentem. Jeśli to możliwe, tylko jedna osoba powinna się nim zajmować
- ✓ Unikaj aby osoby z przewlekłymi chorobami układu oddechowego, osoby z obniżoną odpornością i osoby starsze opiekowały się chorym
- ✓ Przewietrz pokoje: otwórz okna pokoju, w którym pacjent przebywa kilka razy dziennie przez około trzydzieści minut
- ✓ Regularnie myj ręce i unikaj dotykania oczu, nosa i ust nieumytymi rękami.
- ✓ Unikaj dzielenia się naczyniami, ręcznikami lub pościelą z osobą chorą. Weź posiłki osobno.
- ✓ Zdezynfekuj powierzchnie (stolik, stolik nocny, klamka, toaleta) raz dziennie z wodą zawierającą 1% Javelu (wlej łyżkę Javelu do litra wody).

Czas trwania tych zaleceń jest omawiany z lekarzem prowadzącym, ale obowiązują przynajmniej do ustąpienia objawów.

WSZYSTKIE INFORMACJE NA

www.info-coronavirus.be

0800/14 689

