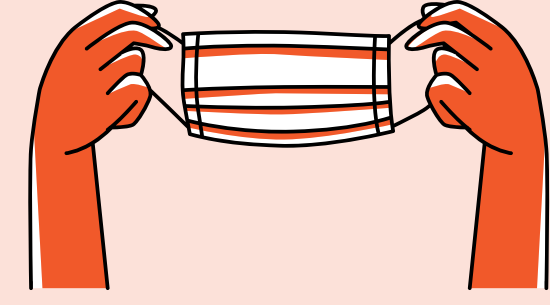


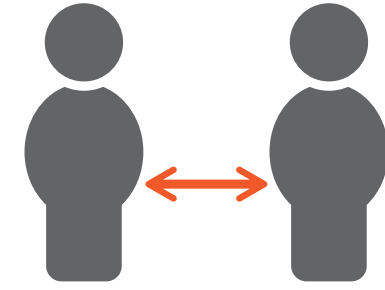
ВЖИТТЯ ЗАХОДІВ ЩОДО СИМПТОМІВ COVID-19 ВДОМА

Якщо у вас COVID-19 і ви живете з іншими людьми, існує великий ризик, що ви можете передати його людям у своєму домі. Щоб захистити свій дім, дотримуйтесь цих порад, якщо у вас позитивний результат тесту на COVID-19 і/або симптоми:

1 Носіть маску, коли у вашому домі є інша людина, постійно.

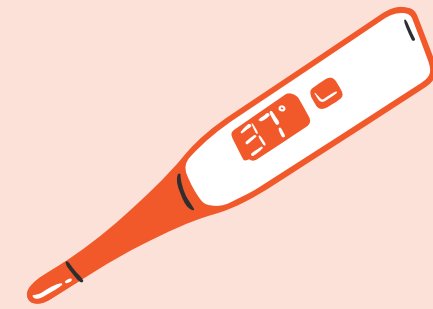


2 Тримайтесь фізичної відстані щонайменше 6 футів (2 метри) постійно.

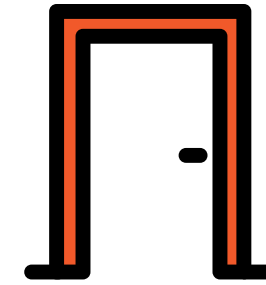


3 Стежте за своїми симптомами.

Якщо ваші симптоми погіршуються, зателефонуйте своєму постачальнику медичних послуг або, якщо у вас його немає, в кол-центр з питань COVID-19 округу Кінг.

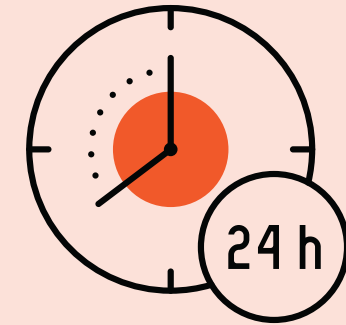


4 Залишайтеся у відведеному приміщенні та подалі від вашого домогосподарства, наскільки це можливо.



5 Використовуйте спільні приміщення, такі як кухня або ванна кімната, в різний час.

Завжди чистіть поверхні після кожного використання. Мийте посуд і поверхні після кожного використання.



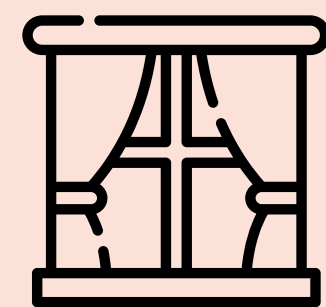
6 Уникайте ділитися особистими речами

з людьми, з якими проживаєте, наприклад посудом, рушниками, постільною білизною.



7 Відкривайте вікна для поліпшення вентиляції

та збільшення потоку повітря, особливо якщо ви користуєтесь ванною кімнатою.



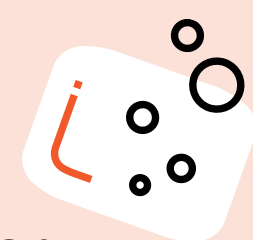
8 Чистіть усі поверхні,

до яких часто торкаєтесь, після використання, наприклад дверні ручки або стільниці.



9 Дотримуйтесь гігієнічного режиму.

Коли кашляєте і чхаєте, прикривайтеся серветкою або внутрішньою стороною ліктя. Часто мийте руки водою з милом або дезінфікуючим засобом для рук на спиртовій основі з вмістом спирту щонайменше 60%.



January 11, 2021

Якщо у вас немає постачальника медичних послуг або вам потрібна допомога, щоб дотримуватися режиму самоізоляції від вашого домогосподарства, зателефонуйте до кол-центру з питань COVID-19 округу Кінг: 206-477-3977. Є перекладачі.

ДОГЛЯД ЗА ІНШИМИ ЛЮДЬМИ З COVID-19 ВДОМА

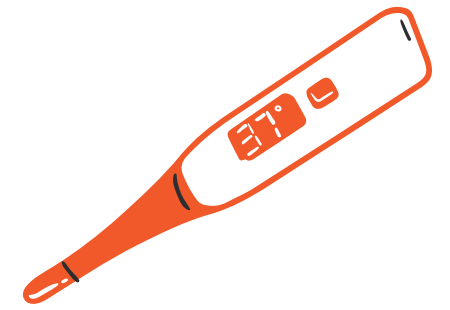
Проживання з людиною з COVID-19 — це умови із одним з найвищих рівнів ризику для зараження COVID-19. Навіть при хорошій соціальній дистанції та носінні маски, ризик отримати COVID-19 під час проживання з людиною з COVID-19 набагато вищий, ніж в інших умовах.

Якщо ви проживаєте з людиною з COVID-19, радимо виконати ці дії:

1 Виберіть одну людину в домі, яка буде головним доглядачем.

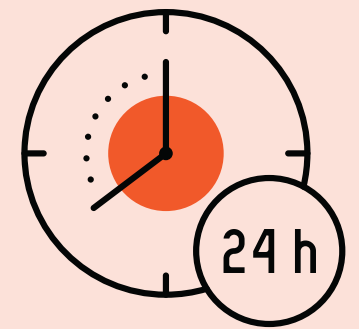
Переконайтесь, що людина з COVID-19 достатньо відпочиває. Використовуйте безрецептурні ліки від підвищеної температури, болю в горлі та загального дискомфорту. Дотримуйтесь інструкцій постачальника медичних послуг.

2 Стежте за своїми симптомами, якщо ви заражені COVID-19.

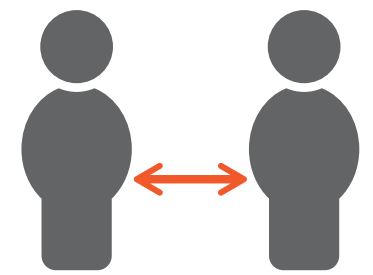


3 Використовуйте спільні приміщення, такі як кухня чи ванна кімната, в різний час.

Завжди чистіть поверхні після кожного використання. Мийте посуд і поверхні після кожного використання.

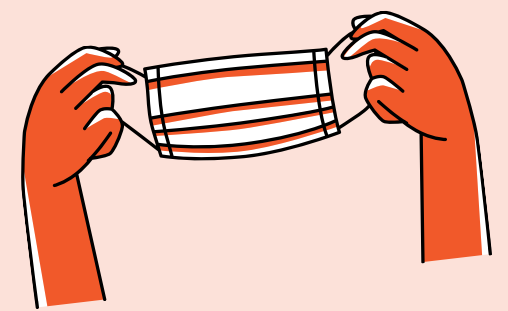


4 Будь-яка людина, яка не є головним доглядачем, повинна тримати фізичну дистанцію від людини з COVID-19.



5 Носіть маску,

якщо вам потрібно бути поруч з іншими людьми в вашому домі або за його межами.

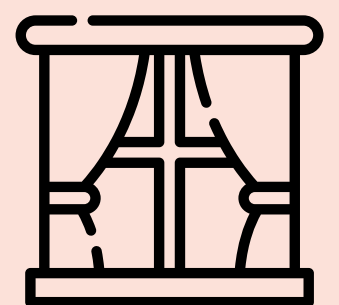


6 Уникайте ділитися особистими речами

з людьми, з якими проживаєте, наприклад посудом, рушниками, постільною білизною.



7 Відкривайте вікна для поліпшення вентиляції та збільшення потоку повітря, особливо якщо ви користуєтесь ванною кімнатою.



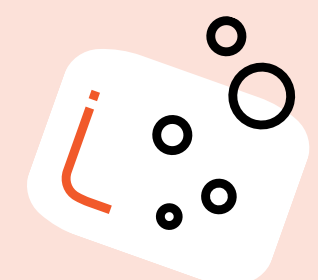
8 Чистіть усі поверхні,

до яких часто торкаєтесь, після використання, наприклад дверні ручки або стільниці.



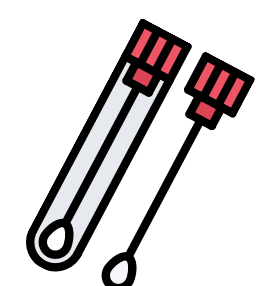
9 Дотримуйтесь гігієнічного режиму.

Часто мийте руки водою з милом або дезінфікуючим засобом для рук на спиртовій основі з вмістом спирту щонайменше 60%.



10 Пройдіть тест на COVID-19.

Режим самоізоляції починається з останнього дня, коли людина з COVID-19 у вашому домогосподарстві закінчує свій період ізоляції.



Якщо у вас немає постачальника медичних послуг або вам потрібна допомога, щоб дотримуватися режиму самоізоляції від вашого домогосподарства, зателефонуйте до кол-центру з питань COVID-19 округу Кінг: 206-477-3977. Є перекладачі. Для отримання додаткових порад щодо догляду за іншими людьми з COVID-19 вдома, відвідайте веб-сторінку www.kingcounty.gov/covid/self-care (Веб-сторінка тільки англійською).

January 11, 2021