

# **Вы тестируетесь на Коронавирус, также известный как COVID 19.**

**Не паникуйте** - большинство людей чувствует себя как во время сильной простуды. Эти инструкции и позаботитесь о себе и ваших близких.

## **Ограничьте риск экспозиции.**

- Оставайтесь в одной комнате.
- Выберите комнату, которую можно хорошо проветривать.
- Если вы пользуетесь общей ванной и туалетом, открывайте окна.
- Носите маску, если она у вас есть.
- Если у вас нет маски, прекращайте кашель и чихание салфеткой.
- Выбрасывайте салфетки в мусор.

## **Защитите свою семью.**

- Не находитесь в одной комнате, не спите в одной постели.
- Держите расстояние 2 метра (6 футов), если возможно.
- Пусть только один из вас заботится о больном.
- Запретите визиты.
- Избегайте контакта с домашними животными (они могут переносить возбудителя болезни).
- Не пользуйтесь общими полотенцами, столовыми приборами и так далее.

## **Кто может заботиться о больном?**

Желательно здоровый член семьи. Люди с больным сердцем или легкими, люди с трансплантированными органами,

лечащиеся от рака, принимающие лекарства подвальные иммунитет по другим причинам или беременные женщины должны избегать контакта с возможными носителями Коронавируса.

### **Оставайтесь в безопасности.**

- Минимизируйте контакты с больными членами семьи
- Используйте резиновые перчатки для заботы о больном.
- Носите тесно подогнанную маску если она у вас есть.
- Убедитесь что больной одет в маску при вашем контакте с ним.
- МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ И ВОДОЙ - до и после контакта с больным.

### **Как убирать за пациентом**

- Мыть посуду с мылом и горячей водой. Использовать повторно только для больного члена семьи.
- Пользоваться перчатками если работаете с загрязненной больным посудой или бельем.
- Белье, полотенца, одежда должна быть постирана горячей водой со стиральным порошком.
- Весь мусор складывайте в пластиковые пакеты.
- Обрабатывайте все общие поверхности и ванне комнаты с обычным домашним дезинфектантом (1 часть отбеливателя на 9 частей воды) или другим обычным чистящим средством с отбеливателем.

- Мойте все виниловые перчатки с мылом и водой, дезинфицируйте с обычным домашним дезинфектантом.

### **Контактная изоляция**

- Все, кто был в близком контакте с больным Коронавирусом или члены семьи больного должны самоизолироваться и избегать контактов с другими людьми.

### **Что попадает под определение близкого контакта:**

- вы ухаживаете за больным с Коронавирусом  
- вы работаете в одном помещении/учитесь в одном классе с больным  
- вы были в одной машине/самолете/автобусе с больным  
- все люди из одного домохозяйства с больным в следующие 14 дней после начала симптомов.

**ПОЖАЛУЙСТА, самоизолируйтесь чтобы защитить себя, семью и общество.**

### **Знаки того, что вы должны вернуться в больницу**

- Затрудненное дыхание, отдышка при движениях, например, когда вы идете в ванную.  
- Головокружение или ощущение что вы можете упасть в обморок.  
- Рвота, понос до степени обезвоживания.  
- Измененное сознание или поведение  
- Частое или тяжелое дыхание

## **ПОЖАЛУЙСТА СДЕЛАЙТЕ СЛЕДУЮЩЕЕ ЕСЛИ ВЫ ДОЛЖНЫ ВЕРНУТЬСЯ В БОЛЬНИЦУ:**

- Если возможно, используйте ваш частный транспорт и не вызывайте скорую. Если пациент не может сесть в машину с вашей помощью, скорая может помочь.
- Если вы должны использовать скорую, скажите диспетчеру 911 что вы должны быть протестированы на Коронавирус. Оденьте маску перед тем как скорая придет.
- Пожалуйста позвоните в больницу 808 932 3000, чтобы предупредить что вы пребываете и что у вас, возможно, Коронавирус. Сообщите марку/модель/номер автомобиля на которой вы прибываете.

## **ПОЛЕЗНАЯ КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

Районный Офис Здоровья Большого  
Острова (Хило) 808 933 0912

Департамент Здравоохранения (в  
нерабочие часы) 1800 360 2575

Медицинский центр Хило 808 932 3000

Скорая помощь 911