

# **ЛОНДОН КОРОНАВИРУС: ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ КТО-ТО, ЧТО ВЫ ЖИВЕТЕ, ИСПЫТАНО НА COVID-19**

## **МОЙТЕ ВАШИ РУКИ ЧАСТО**

- Часто и тщательно мойте руки с мылом и водой в течение не менее 20 секунд, особенно если вы вступаете в контакт с пациентами или с предметами, с которыми сталкивается пациент.

## **ПРЕДЕЛЬНЫЙ КОНТАКТ С ПАЦИЕНТОМ, КАК ВОЗМОЖНО**

- Где возможно, избегайте прикосновения к ним и их непосредственному окружению.

## **УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ОБЪЕДИНЕННЫЕ ПРОСТРАНСТВА (КУХНЯ, ВАННАЯ КОМНАТА) ХОРОШО ВЕНТИЛИРОВАНЫ**

- Держите окна максимально открытыми.

## **МОЙТЕ ВАШИ РУКИ ЧАСТО**

- Часто и тщательно мойте руки с мылом и водой в течение не менее 20 секунд, особенно если вы вступаете в контакт с пациентами или с предметами, с которыми обращался пациент.

## **Где маска для лица, если посоветовали**

- Если вам были предоставлены маски для лица и рекомендовано их использовать, то вам следует носить маску, когда вы находитесь в одной комнате с пациентом.
- Маски не должны касаться или обращаться с ними во время использования.
- Если маска намокнет или испачкается такими выделениями, как слюна, ее следует немедленно заменить.
- После использования выбрасывайте маску в мусорное ведро с бытовыми отходами и выполняйте гигиену рук после снятия маски.

## **НЕ ПРИГЛАШАЙТЕ ПОСЕТИТЕЛЕЙ В ВАШ ДОМ**

- Только те, кто живет в вашем доме, должны быть допущены.
- Не приглашайте и не разрешайте посетителям (например, друзьям и родственникам) войти.
- Если необходимо срочно поговорить с кем-то, кто не является членом вашего дома, сделайте это по телефону.

## **СОХРАНЯЙТЕ ЭТО НА РИСКЕ**

- Любой, кто подвергается повышенному риску тяжелой болезни, не должен заботиться о пациенте или вступать с ним в контакт.
- Сюда входят члены домохозяйства, у которых есть хроническое заболевание или у которых может быть ослабленная иммунная система из-за лечения или приема лекарств, очень молодые (дети в возрасте до 1 года), лица старше 65 лет и беременные женщины.
- Если контакт с лицами с повышенным риском развития тяжелого заболевания не может быть предотвращен, следует рассмотреть альтернативное размещение.

## **ИЗБЕГАЙТЕ РАЗДЕЛЕНИЯ ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА**

- Вы не должны делиться посудой, стаканами, чашками, столовыми приборами, полотенцами, постельными принадлежностями, которые проходят тестирование на новые коронавирусные инфекции, пока они не будут тщательно очищены.

## **ТУАЛЕТЫ И ВАННЫ**

- Если возможно, человек, проходящий тестирование на новый коронавирус, должен иметь свой собственный туалет и ванную комнату.
- Если отдельная ванная комната недоступна, следует рассмотреть вопрос о составлении ванной комнаты для мытья или купания, когда изолированный человек пользуется последними, перед тщательной уборкой ванной комнаты.
- Убедитесь, что изолированный человек использует отдельные полотенца от других членов семьи, как для сушки себя после купания / показа, так и для гигиены рук.

## **БЫТОВАЯ ЧИСТКА**

- Чистите все поверхности, обращая внимание на часто прикасающиеся поверхности, такие как прилавки, столешницы, дверные ручки, сантехника, туалеты, ручки унитазов, тумбочки, телефоны, клавиатуры и планшеты, каждый день с бытовыми чистящими средствами.
- Следуйте инструкциям на этикетке и убедитесь, что их можно использовать на очищаемой поверхности.
- Используйте кухонное полотенце, чтобы удалить любую кровь, видимые биологические жидкости и / или выделения, такие как слюна, перед чисткой поверхностей. Если у вас нет подходящего бытового чистящего средства, вы можете использовать отбеливающий раствор для очистки поверхностей.
- Чтобы сделать раствор для отбеливания в домашних условиях, добавьте одну столовую ложку отбеливателя household к одному литру water, который будет использоваться для очистки.
- Если они у вас есть, то там, где есть одноразовые очки, и, в идеале, пластиковый фартук для чистки поверхностей, одежды или постельных принадлежностей.
- Мойте руки после снятия перчаток и фартуков.

## **ПРАЧЕЧНАЯ**

- Если вам нужно постирать белье дома, прежде чем результаты будут доступны при самой высокой температуре, совместимой с тканью, с использованием стирального порошка. Это должно быть выше 60 градусов С.
- По возможности сушите в стиральной машине andiron, используя самые высокие настройки, совместимые с тканью.
- Где одноразовые перчатки и пластиковый фартук при работе с загрязненными материалами, если это возможно, и очистите все поверхности и область вокруг стиральной машины.
- Не берите белье в прачечную самообслуживания.
- Тщательно вымойте руки с мылом и водой после работы с грязным бельем (сначала снимите перчатки, если используете)

## **ТРАТА**

- Все отходы, которые были в контакте с человеком, включая использованные ткани и маски, если они используются, должны быть помещены в пластиковый мусорный пакет и завязаны, когда они заполнены. Затем полиэтиленовый пакет должен быть помещен во второй пакет для мусора и перевязан. Не выбрасывайте и не сдавайте его для сбора, пока не узнаете, что у пациента нет нового коронавируса .

**Руководство опубликовано в пятницу, 20 марта 2020 г.**