

*Карантин - це не канікули у дітей і не вимушена відпустка у батьків. Це соціальна самоізоляція та уникнення контактів для запобігання поширенню коронавірусної інфекції COVID- 19!*

*Самоізоляція – це уникнення від контакту з іншими для того, щоб зменшити ризик інфікування. Потрібно спланувати час самоізоляції так, щоб не виникло необхідності виходити з дому чи приймати відвідувачів та гостей Мінімізувати походи в магазин. Якщо з'явилися симптоми (кашель, утруднене дихання, підвищення температури) – необхідно звернутися до лікаря.*

*Інфекція передається повітряно – крапельним шляхом від зараженої людини або через дотик до забруднених поверхонь.*

*Рекомендації та консультації, як поводитися в умовах карантину.*

- Перейти на самоізоляцію на час карантину.*
- Утриматись від планових візитів до лікарів.*
- Утриматись від візитів до друзів та не запрошувати їх додому.*
- Важливо уникати місць масового скупчення людей.*

- Не підходити ближче ніж на 1 метр до людей, що кашляють.
- Мити руки потрібно часто та ретельно з милом або використовувати дезінфекційні засоби для рук.
- Не торкатися немитими руками очей, носа та рота.
- При підвищенні температури, появі кашлю і ускладненні дихання негайно звернутися за медичною допомогою.
- Дотримуватись звичайних правил гігієни при відвідуванні продуктових ринків, де продається м'ясо, птиця або інші продукти тваринного походження.
- Залишатися вдома за винятком життєво необхідних потреб.
- Провітрювати помешкання дезінфікувати двері та ручки.

*Це для Вашої безпеки. Власне здоров'я та здоров'я близьких важливе для кожної людини.*