

Рекомендации для лиц с положительным результатом теста на COVID-19

Если у вас положительный результат теста на COVID-19, вам необходимо соблюдать меры предосторожности, которые помогут защитить здоровье других людей и предотвратить распространение болезни.

Департамент здравоохранения и охраны окружающей среды (DHES) рекомендует вам самоизолироваться и соблюдать следующие правила:

1. Не вступайте в прямой контакт с другими людьми.



- Оставайтесь дома и избегайте контактов с другими людьми.
 - В течение этого периода не посещайте место работы или учебы.
 - Перед возвращением на работу обсудите ситуацию со своим работодателем.
- Не используйте общественный транспорт и такси; избегайте совместных поездок.
- Не посещайте многолюдные места (например, торговые центры и кинотеатры) и не участвуйте в общественной деятельности.
- Избегайте контактов с другими людьми у себя дома. Члены вашей семьи должны находиться в другой комнате или быть максимально изолированы от вас. По возможности им следует пользоваться отдельной спальней и ванной комнатой.
- Соблюдайте дистанцию от других людей (6 футов или 1,8 метра) и не принимайте гостей.
- Избегайте контактов с питомцами и другими животными. Если во время болезни вам необходимо ухаживать за своим питомцем или присматривать за животными, мойте руки до и после контакта с животным и надевайте защитную маску для лица.
- Часто мойте руки с мылом и водой не менее 20 секунд или обрабатывайте их антисептиком, содержащим 60–95% спирта.
- В присутствии других людей надевайте маску для лица (при наличии). Если у вас нет возможности носить маску для лица, в масках должны быть люди, находящиеся рядом с вами.
- Избегайте совместного использования личных и бытовых предметов, таких как посуда, постельное белье, полотенца и т. д. Тщательно мойте (стирайте) их после себя.
- Регулярно чистите поверхности, к которым вы часто прикасаетесь; используйте для этого спрей для уборки или салфетки. Примеры поверхностей, требующих дезинфекции: кухонные столешницы, дверные ручки, сантехника, телефоны, клавиатуры, светильники.
- DHES просит вас соблюдать указанные правила до облегчения симптомов, И по крайней мере в течение 10 дней с момента начала заболевания, И до тех пор, пока ваша температура не снизится до нормы без приема жаропонижающих средств в течение последних 24 часов. Если у вас положительный результат теста на COVID-19, но нет симптомов болезни, DHES рекомендует соблюдать указанные правила в течение 10 дней с момента тестирования.
 - Если вы тяжело больны или у вас сильно ослаблена иммунная система, вам может потребоваться изоляция сроком до **20 дней** с момента начала заболевания, И до тех пор, пока ваша температура не снизится до нормы без приема жаропонижающих средств в течение последних 24 часов, И до облегчения симптомов. Необходимость изоляции на этот более длительный период следует обсудить с врачом.

2. Если в течение этого периода вам необходима медицинская помощь:



- Перед посещением врача сделайте предварительный звонок.
- Если вам требуется неотложная медицинская помощь, позвоните по номеру 911. Сообщите оператору службы «911» и специалистам бригады неотложной помощи о том, что вы находитесь на домашней самоизоляции в связи с COVID-19.