

# Kwarantanna



W przypadku pojawienia się objawów zakażenia **koronawirusem**, lekarze mogą zalecić **kwarantannę domową**.

Co to jednak oznacza?

Poniżej informacje, co można robić, a czego nie, w trakcie takiego odosobnienia.

1. Nie przyjmujemy żadnych gości i bezpośrednio nie kontaktujemy się z innymi.
  2. Jeśli ktoś w twoim domu poddaje się kwarantannie, najlepiej by odseparował się na jakimś obszarze mieszkania od innych, np. w jednym pokoju (idealnie byłoby, gdyby miał do dyspozycji własną łazienkę).
  3. Jeśli jesteś w domu sam/sama, poproś kogoś o zapasy niepsujących się artykułów spożywczych, zaopatrzyć się w jednorazowe chusteczki.
  4. Sprawdź, czy apteczka zawiera termometr i leki zbijające gorączkę. Upewnij się, że masz wystarczająco dużo leków na receptę i bez recepty, których potrzebujesz, aby przetrwać dwa tygodnie bez wychodzenia z domu.
  5. Jeśli ktoś robi dla ciebie zakupy, niech zostawia je pod drzwiami.
  6. Jeśli członek rodziny zachorował z powodu koronawirusa, ale nie wymaga hospitalizacji (ma zalecenie domowej izolacji), wszyscy domownicy są objęci kwarantanną, co oznacza, że nie mogą wychodzić z domu.
  7. Tylko jedna osoba dorosła powinna opiekować się chorym, który powinien być w odosobnieniu, np. w jednym pokoju.
  8. Chory powinien trzymać się z dala od innych członków rodziny. Jeśli musi dzielić wspólny obszar z innymi, powinien postarać się trzymać z dala od innych osób w odległości co najmniej jednego metra lub więcej i nosić maseczkę.
  9. Należy trzymać przedmioty chorego osobno od innych.
  10. Nie można korzystać ze wspólnego ręcznika, jedzenia czy przechowywać szczoteczki do zębów ze szczoteczkami domowników.
  11. Trzeba używać środka dezynfekującego do czyszczenia przedmiotów dotkniętych przez chorego, takich jak stoliki nocne i powierzchnie w łazience. Reszta domowników powinna jak najczęściej myć ręce i unikać dotykania rękoma do oczu, ust, nosa.
-