

# Новый коронавирус – COVID-19

## Если вы заболели или ухаживаете за больным родственником дома

В большинстве случаев респираторная вирусная инфекция протекает в легкой форме. Диагноз врача требуется не всегда, поскольку болезнь пройдет через одну-две недели домашнего лечения. Это также касается респираторной инфекции, вызываемой новым коронавирусом.

Если вы заболели, лучший способ предотвратить распространение вируса — это мыть руки и кашлять в рукав.

Отдых и употребление достаточного количества жидкости также важны для больного. При высокой температуре и болях можно принимать лекарства, доступные в аптеке без рецепта.

Больной может заразить других, поэтому необходимо оставаться дома еще в течение суток после полного исчезновения симптомов. Не ходите на работу и не водите больных детей в детский сад до полного выздоровления. Согласуйте отпуск по болезни со своим работодателем.

Члены вашей семьи также могут заразиться. Если вместе с вами живут пожилые люди, подумайте, могут ли они временно пожить в другом месте, например у родственников, до тех пор, пока состояние заболевшего не улучшится.

Людям, входящим в группу риска, не следует ухаживать за больными. Если вы относитесь к группе риска и не можете избежать близких контактов с инфицированным человеком, соблюдайте особую осторожность.

### Дополнительная информация

Актуальную информацию о коронавирусе можно получить на сайте Национального института здравоохранения и социального благосостояния (THL).

[thl.fi](https://thl.fi)

## Дома риск заражения можно снизить

### Поддерживая гигиену

- Мойте руки с мылом часто и тщательно.
- Мойте руки особенно после прикосновений к больному человеку, пребывания с ним в одном помещении или контакта с носовыми платками и бельем.
- Выбрасывайте одноразовые носовые платки сразу после использования.
- Ежедневно очищайте поверхности, к которым прикасаетесь, например дверные ручки и пульта управления, с помощью обычных чистящих средств.
- Используйте отдельное личное полотенце для рук.

### Обеспечивая физическую дистанцию

- Не приглашайте гостей к себе домой во время болезни.
- Больного следует поместить в отдельную комнату или, по меньшей мере, стараться находиться не ближе, чем в метре от него.
- Если возможно, больному следует спать в отдельной кровати.

Это нормально, если коронавирус вызывает у вас беспокойство. Позаботьтесь о своем благополучии и благополучии близких, живя привычной повседневной жизнью. Вместо личных встреч звоните своим близким или отправляйте сообщения.

### В случае тяжелого течения болезни

Если у вас появились серьезные симптомы, например затрудненное дыхание или общее ухудшение самочувствия, немедленно обратитесь в поликлинику по месту жительства, в дежурное отделение больницы или дежурную службу здравоохранения по телефону 116 117. На номер экстренных служб 112 следует звонить исключительно в экстренных ситуациях.