

Как обезопасить себя и свою семью от коронавируса (COVID- 19)?

1. При проявлении симптомов ОРВИ (кашель, насморк, повышение температуры), оставайтесь дома.

Характерные симптомы коронавируса: головная боль, потеря обоняния и вкуса, заложенность носа, кашель, одышка, усталость, слабость, мышечная боль, боль в горле, повышение температуры, тошнота, рвота, диарея.

2. При проявлении симптомов ОРВИ нужно сдать тест на коронавирус.

Для сдачи теста на коронавирус Вы можете позвонить на номер экстренной помощи 116117. или пройти on-line тест на коронавирус в Omaolo на сайте omaolo.fi. На этом же сайте Omaolo можно записаться на тест.

Тест на коронавирус необходимо сделать как можно скорее при проявлении симптомов ОРВИ

3. Цель самоизоляции – это предотвращение распространения вируса

Если на вас или на члена семьи наложен карантин, для предотвращения распространения вируса, очень важно соблюдать режим самоизоляции. Человек, заболевший коронавирусной инфекцией является заразным уже до проявления первых симптомов. Цель самоизоляции – это предотвращение распространения вируса.

Находящийся на карантине может встречаться только с членами семьи, проживающих в одной квартире. Нельзя ходить на работу, в школу, детский сад, на курсовые занятия, в места занятий по увлечениям, по магазинам и торговым центрам, библиотекам, ресторанам, пользоваться общественным транспортом, или посещать медицинские или социальные учреждения по заранее бронированному времени.

Человек должен пробыть на карантине до конца срока карантина, независимо от отрицательного результата теста. Следуйте инструкциям института здоровья и благосостояния (THL).

- Соблюдайте дистанцию не менее 1-2 метров
- Мойте руки, при кашле прикрывайте рот.
- Если нет возможности соблюдать дистанцию, то используйте защитные маски
- Установите мобильное приложение Koronavilkku
- Нельзя ходить в гости, оставайтесь дома.

Дополнительная информация на финском и английском языках на сайте: www.phhyky.fi