

Wat moet je doen als iemand uit je familie of van je vrienden ziek is?

Что делать, если в семье или в окружении кто-то заболел?

www.info-coronavirus.be

Nederlands

Is er bij jou thuis of bij familie of vrienden iemand ziek? Volg deze regels, zo worden jij of andere mensen niet besmet:

1. Raak de zieke zo weinig mogelijk aan. Laat maar 1 persoon uit de omgeving voor de zieke zorgen.
2. Laat iemand anders voor de zieke zorgen als je:
 - ouder bent dan 65 jaar
 - diabetes hebt of al lang iets hebt aan je hart, nieren of longen
 - zelf gevoelig bent voor infecties
3. Zorg voor frisse lucht binnen: zet het raam van de patiënt een paar keer per dag 30 minuten open.
4. Was vaak je handen. Raak je ogen, neus of mond alleen aan met gewassen handen.
5. Eet apart en gebruik nooit dezelfde spullen (borden, messen, glazen, ...) als de zieke. Gebruik ook niet dezelfde handdoek of lakens.
6. Desinfecteer plaatsen die je veel aanraakt 1 keer per dag met javelwater van 1%, bijvoorbeeld tafel, nachtkastje, deurklink, wc-bril. Doe hiervoor 1 eetlepel bleekmiddel (javel) in 1 liter water.
7. Volg deze regels tot de zieke geen symptomen meer heeft (koorts, spierpijn, ...).

Russisch

Vertaling uit het Nederlands

Если в Вашей семье или окружении кто-то заболел, очень важно соблюдать следующие рекомендации. Так Вы сможете защитить от заражения себя и своих близких.

1. Ограничьте до минимума контакт с больным. Ухаживать за больным должен только один член семьи (человек из окружения).
2. Не ухаживайте сами за больным, если Вы:
 - старше 65 лет
 - страдаете хроническими заболеваниями (сахарным диабетом, сердечно-сосудистыми заболеваниями, заболеваниями легких и почек)
 - если у Вас ослаблен иммунитет
3. Часто проветривайте комнату больного: несколько раз в день открывайте окно на 30 минут.
4. Часто мойте руки с мылом. Не трогайте глаза, нос и рот немытыми руками.
5. Принимайте пищу отдельно от больного и не пользуйтесь общими предметами с больным (тарелками, приборами, стаканами и др.). Пользуйтесь только личным полотенцем и постельным бельем.
6. Раз в день делайте влажную уборку и дезинфицируйте поверхности, к которым Вы часто прикасаетесь (стол, ночной столик, дверные ручки, сиденье унитаза). В качестве дезинфицирующего средства используйте 1% раствор хлорного отбеливателя (одна столовая ложка хлорного отбеливателя на 1 литр воды).
7. Соблюдайте данные рекомендации до тех пор, пока у больного присутствуют симптомы (повышенная температура, боль в мышцах и др.)