

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

¿Qué debe hacer si alguien de su familia o de sus amigos está enfermo?

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, ...).

Spaans

Vertaling uit het Nederlands

¿Hay alguien en su casa, familia o amigos que esté enfermo? Siga estas reglas para que usted u otras personas no se infecten:

1. Evite tocar a la persona enferma en la medida de lo posible. Sólo una persona de su entorno debe atender al enfermo.
2. Pida a otra persona que atienda a la persona enferma si usted:
 - tiene más de 65 años de edad
 - tiene diabetes o viene padeciendo de algún problema cardíaco, renal o pulmonar
 - es susceptible a contraer infecciones
3. Ventile su casa: abra la ventana del paciente unas cuantas veces al día durante 30 minutos.
4. Lávese las manos frecuentemente. Tóquese los ojos, la nariz o la boca únicamente con las manos lavadas.
5. Coma por separado y nunca utilice los mismos cubiertos (platos, cuchillos, vasos, ...) que el paciente. Tampoco use la misma toalla o sábanas.
6. Desinfecte una vez al día con lejía de 1%, los lugares que toque frecuentemente, por ejemplo, la mesa, mesita de noche, manija de la puerta, asiento del inodoro. Para ello, diluya una cucharada de lejía en un litro de agua.
7. Siga estas reglas hasta que la persona enferma ya no tenga ningún síntoma (fiebre, dolor muscular, ...).