

Wat moet je doen als je ziek bent en thuis moet blijven / thuis in quarantaine zit?

Какво трябва да правите, когато сте болен/на и трябва да останете вкъщи/да стоите вкъщи под карантина

www.info-coronavirus.be

Nederlands

1. Blijf thuis en heb zo weinig mogelijk contact met anderen, ook niet met familie. Slaap alleen. Laat alleen bezoek binnen als het echt nodig is en raak anderen zo weinig mogelijk aan. Ga niet naar school, niet naar het werk en niet naar een openbare plaats.
2. Gebruik altijd papieren zakdoekjes. Gebruik een zakdoek maar 1 keer. Gooi hem daarna direct weg in een gesloten vuilnisbak.
3. Moet je hoesten of niezen? Doe dat in de binnenkant van je elleboog of bedek je mond met een papieren zakdoek.
4. Was je handen zo veel mogelijk met water en zeep. Was ze altijd direct na het hoesten, niezen of snuiten van je neus.
5. Worden je symptomen erger (bv. problemen met ademen, hoge koorts, ..)? Bel dan je huisarts. Moet je naar het ziekenhuis? Bel eerst naar het algemene nummer en zeg dat je een Covid-19-patiënt bent. De dokters en verplegers maken zich dan klaar. Zo besmet je geen andere mensen.

Lees meer op www.info-coronavirus.be

Bulgaars

Vertaling uit het Nederlands

1. Стойте вкъщи и избягвайте контакт както с други хора, така и със семейството си. Спете сам/а. Допускайте посещение вкъщи, само ако е наистина необходимо, и докосвайте други хора възможно най-малко. Не ходете на училище, на работа и на обществени места.
2. Използвайте винаги хартиени носни кърпички. Използвайте една кърпичка само веднъж. След това веднага я хвърляйте в затворено кошче за боклук.
3. Трябва ли да кашляте или кихате? Правете го във вътрешната страна на лакътя си или покривайте устата си с хартиена носна кърпичка.
4. Мийте ръцете си с вода и сапун колкото може по-често. Мийте ги веднага след кашляне, кихане или издухване на носа.
5. Симптомите Ви влошават ли се (например проблеми с дишането, висока температура,...)? Обадете се на личния си лекар. Трябва ли да отидете в болница? Обадете се на общия номер и кажете, че сте пациент с Covid-19. Така докторите и медицинският персонал ще се подготвят. По този начин няма да заразите други хора.

По-подробна информация ще намерите на www.info-coronavirus.be