

# Covid-19

## CE TREBUIE SĂ FACEȚI DACĂ SUNTEȚI BOLNAV ȘI TREBUIE SĂ STAȚI ACASĂ ?



**Rămâneți acasă și reduceți contactul cu ceilalți, inclusiv cu familia, pe cât posibil.** Dormiți singur. Primiți oameni în vizită doar atunci când este cu adevărat necesar și evitați atingerile. Nu mergeți la școală, la serviciu sau în locuri publice.



**Folosiți întotdeauna șervețele de hârtie.** Folosiți un șervețel doar o singură dată. Apoi aruncați-l imediat într-un coș de gunoi închis.



Vă vine să tușiți sau să strănutați? **Faceți acest lucru în interiorul cotului sau acoperiți-vă gura cu un șervețel.**



**Spălați-vă pe mâini cât mai mult cu apă și săpun.** Spălați-vă întotdeauna imediat după tuse, strănut sau suflatul nasului.

**DACĂ SIMPTOMELE DVS. SE ÎNRĂUTĂȚESC  
(DE EXEMPLU, PROBLEME CU  
RESPIRAȚIA, FEBRĂ MARE, ...)**

**sunăți medicul de familie.**

Dacă trebuie să mergeți la spital, apelați mai întâi numărul general și spuneți că sunteți un pacient cu Covid-19. Medicii și asistentele se pregătesc astfel încât să nu îi infectați pe alți oameni.

**CITIȚI MAI MULTE PE  
[www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)**

# Covid-19

## CE TREBUIE SĂ FACEȚI DACĂ CINEVA DIN FAMILIA SAU PRIETENII DVS. ESTE BOLNAV?

- ✓ Atingeți cât mai puțin posibil persoana bolnavă. Permiteți doar unei singure persoane din mediul apropiat să aibă grijă de bolnav.
- ✓ Rugați pe altcineva să aibă grijă de pacient dacă:
  - aveți vârsta de peste 65 de ani
  - aveți diabet sau aveți o problemă cronică de inimă, rinichi sau plămâni
  - sunteți predispus la infecții
- ✓ Asigurați-vă că aerisiți spațiul interior: deschideți geamul din camera pacientului timp de 30 de minute de mai multe ori pe zi.
- ✓ Spălați-vă des pe mâini. Atingeți ochii, nasul sau gura doar cu mâinile spălate.
- ✓ Mâncați separat și nu folosiți niciodată aceleași obiecte (farfurii, cuțite, pahare etc.) ca bolnavul. De asemenea, nu folosiți același prosop sau aceleași cearșafuri.
- ✓ Dezinfectați o dată pe zi zonele pe care le atingeți des cu 1% înălbitor pe bază de clor, de exemplu: mese, noptiere, clanțe, capac de toaletă. Pentru a face acest lucru, puneți 1 lingură de înălbitor într-un litru de apă.

**Urmați aceste reguli până când bolnavul nu mai are simptome (febră, dureri musculare, etc.).**

CITIȚI MAI MULTE PE  
[www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)