

## Указания для находящихся на домашнем карантине

Если врач-инфекционист поместил Вас на карантин вследствие возможного заражения коронавирусом, Вам следует ограничить свою активность, пока врач или медсестра не посоветуют вам иное.

**Оставайтесь дома, не ходите в гости и не приглашайте к себе гостей. Медсестра или врач будут следить за вашим состоянием по мере необходимости.**

**Во время карантина, назначенного врачом-инфекционистом, Вам не разрешается:**

- Ходить на работу.
- Ходить в школу или посещать иное место учебы.
- Посещать рестораны, магазины, торговые центры или другие общественные места.
- Посещать бассейны или другие подобные спортивные сооружения.
- Посещать кружки и т. п.
- Посещать театры, кино, рестораны или бары.
- Пользоваться общественным транспортом, в частности поездом, автобусом или такси.
- Приглашать гостей к себе домой или ходить в гости.
- Пользоваться у себя услугами постороннего уборщика или услугами иной сторонней организации.

**Находясь дома, Вам следует выполнять следующее:**

- Спать в отдельной комнате, в которой не будет иных лиц.
- Проветривать эту комнату, открывая окно, утром и вечером не менее 15 минут.
- Если инфицированные люди живут в одной квартире с Вами, избегайте ненужных тесных контактов с ними.
- При кашле и чихании плотно прикрывайте рот и нос одноразовым платком. Если у Вас нет носового платка, следует кашлять или чихать, плотно уткнувшись в верхнюю часть рукава своей рубашки или свитера, но ни в коем случае не в обнаженную часть руки. Сразу после использования поместите носовой платок в полиэтиленовый пакет и / или поместите его в контейнер для отходов. Мойте руки водой с мылом и / или используйте дезинфицирующее средство для рук.

- Мойте посуду и столовые приборы, которыми вы пользуетесь, так же, как Вы их мыли до этого.
- Стирайте одежду и постельное белье в стиральной машине как обычно.
- Дома можно делать обычную уборку (но вызывать работников сторонней клининговой компании не разрешается). Для пылесоса рекомендуется использовать HEPA-фильтр.
- Тщательно очищайте дверцы холодильника, пульта дистанционного управления и другие поверхности, к которым часто прикасаются.
- Пятна экссудата, например рвоты или мокроты, следует удалять дезинфицирующим средством, содержащим хлор. Рабочее разбавление раствора должно составлять 500 ppm. Ознакомьтесь с инструкциями по разбавлению на этикетке флакона с дезинфицирующим средством.

## Прогулки на свежем воздухе:

- Вы можете находиться на балконе или на улице во дворе, но не должны находиться в прямом контакте с людьми, не входящими в круг проживающих с Вами в одном хозяйстве.
- Желательно, особенно в городской местности, поручить выгул домашних животных человеку, который не находится на карантине. Для домашнего животного также можно подыскать место содержания на время Вашего карантина. Домашних животных можно выгуливать и самостоятельно, если Вы не находитесь в прямом контакте с другими людьми.

## Приобретение продуктов:

- Просите покупать продукты кого-нибудь, кто не находится в карантине.
- Вы также можете заказать доставку еды на дом онлайн или по телефону. При этом не вступайте в прямой контакт с курьером, который доставляет продукты питания, когда будете оплачивать и получать покупки.
- Вы можете также получить помощь в осуществлении покупок на определенных условиях через службу Siiri для лиц возрастом 65 лет и старше, и через консультационную службу соцобеспечения Polku для лиц младше 65 лет.

## Почему близкие человека, помещенного на карантин, не помещаются сами на карантин?

- Близкие не помещаются на карантин, потому что они не находились в тесном контакте с инфицированными, в отличие от лица, помещенного на карантин. Близкое окружение помещенного на карантин бессимптомного человека не заразно.

- Заразившийся начинает заражать других с некоторой задержкой после момента заражения. По этой причине родственники подвергшегося опасности заражения, но пока бессимптомного человека не должны ограничивать свою жизнь.
- Если у лица, подвергшегося опасности заражения, начинают проявляться симптомы, будет проведено обследование на предмет коронавируса.
- По результатам обследования карантин будет при необходимости распространен на близких родственников. До этого момента близкие родственники других лиц не заражают.

## Тестируются ли лица, помещенные на карантин?

- Лица, помещенные на карантин, проходят обследование в соответствии с указаниями врача-инфекциониста.
- Отрицательный результат теста во время карантина, тем не менее, не означает окончания карантина.

## Прочее:

- Суточное пособие по инфекционным заболеваниям компенсирует потерю заработка, если Вы были помещены на карантин или изолированы врачом-инфекционистом. Вы также можете получать суточное пособие по инфекционным заболеваниям, если Ваш ребенок в возрасте до 16 лет находится на карантине и поэтому Вы не в состоянии выходить на работу. Вам следует подать заявление на получение этого пособия в KEELA. Для подачи заявки необходимо письменное решение о помещении на карантин или бюллетень нетрудоспособности SVA от врача-инфекциониста. Суточное пособие по инфекционным заболеваниям лицам, находящимся на добровольном карантине, не выплачивается. [Подробнее о суточном пособии по инфекционным заболеваниям и о том, как подать заявление на его получение, читайте на сайте KEELA](#) (информация по-фински).
- Если Вам нужно вызвать скорую помощь во время нахождения на карантине, сообщайте в центр неотложной помощи, когда будете звонить, что Вы находитесь на карантине.

## Если у Вас появились симптомы

Запишитесь на тест на коронавирус через службу Omaolo.fi или позвонив по телефону дежурной службы 116117.