

Шановні колеги!

На виконання Наказу НФаУ від 11 березня 2020 року № 139 «Про запровадження карантинних заходів у НФаУ» та Розпорядження НФаУ від 16 березня 2020 року № 54 «Про додаткові заходи для запобігання поширення захворювання на коронавірус COVID-19» та з метою запобігання занесенню, поширенню та профілактики на території України гострої респіраторної хвороби спричиненої коронавірусом COVID-19 надаємо пам'ятку «**Про самоізоляцію**», а також нагадуємо, що коронавірус COVID-19 та більшість респіраторних захворювань мають схожі симптоми, тож якщо у Вас *кашель, нежить, підвищена температура, утруднення дихання*, то невідкладно зверніться до сімейного лікаря, який затвердить алгоритм дій та знає, як Вам допомогти.

Самоізоляція – це утримання від контактування з іншими людьми, для того щоб зменшити ризики інфікування. Це включає, як тісний контакт з іншими людьми (віч-на-віч на відстані менше 1 метра), так і публічні заходи, роботу, навчання, спортивні змагання, розважальні заходи, користування транспортом, екскурсії тощо.

Виключенням є лише звернення за медичною допомогою.

Самоізоляція перш за все необхідна, якщо:

- Ви очікуєте результатів тесту на новий коронавірус COVID-19;
- Ви близько контактували з особами, що захворіли на коронавірус COVID-19;



Якщо Вам було рекомендовано або ви прийняли рішення **про самоізоляцію**, вона повинна тривати не менше **14 днів** з дати настання випадку, який став причиною самоізоляції (подорож, контакт з хворим тощо).

Під час самоізоляції сплануйте свій час так, щоб у Вас не виникало необхідності виходити з дому, приймати гостей. Намагайтеся ізолюватися в окремій кімнаті, яку є можливість провітрювати, а також харчуйтеся й готуйте їжу окремо. Пам'ятайте про особисту та загальну гігієну! Обмежте або ізолюйте себе від контакту з домашніми улюбленцями.

Мінімізуйте походи до магазину! Просіть друзів або родичів доставляти Вам їжу до дверей.

Якщо є **невідкладна необхідність** відвідати місця надання послуг, а також потрібно скористатися громадським транспортом – одягайте маску, користуйтеся антисептиком для рук та мінімізуйте контакти.

Більше інформації за посиланням: <https://moz.gov.ua/koronavirus-2019-ncov>.

УВАГА!!! Розпочато функціонування інформаційно-ресурсного центру «COVIDinfo.Kh» за посиланням: t.me/covidinfokh.

«COVIDinfo.Kh» - це швидке, оперативне та достовірне інформування населення про коронавірус у Харківській області.



Ваше здоров'я у Ваших руках!!!!

