

Что делать, если вас попросили соблюдать самоизоляцию в связи с коронавирусом

(Covid-19)

Самоизоляция, если у кого-то, кто живет с вами, обнаружен Covid-19

или

Самоизоляция, если у кого-то, с кем вы работаете, обнаружен Covid-19

Это означает, что:

- Вам нужно оставаться дома в течение 14 дней.
- Вы не должны принимать у себя гостей и выходить из дома в течение 14 дней.
- Вы **НЕ** должны ходить на работу, в магазин или по какой-либо другой причине покидать место, где вы живете, на протяжении 14 дней периода самоизоляции.
- Все лица, проживающие на одной с вами жилплощади, также должны самоизолироваться на 14 дней.
- Дети, проживающие с вами, должны самоизолироваться на 14 дней и в течение этого периода не ходить в школу или любое другое детское учреждение.

Самоизоляция, если у вас обнаружен Covid-19

- Если результаты вашего теста на Covid-19 оказались положительными, вам необходимо соблюдать изоляцию в течение 10 дней с момента получения результата.
- Если у вас есть симптомы, старайтесь находиться как можно дальше от других людей, проживающих с вами.
- Если по истечении 10 дней у вас по-прежнему сохраняется температура, продолжайте соблюдать самоизоляцию до тех пор, пока температура не придет в норму, и обратитесь за медицинской консультацией к своему семейному врачу.

Помощь и поддержка

- Если у вас есть другие потребности в поддержке, позвоните в Suffolk Advice and Support Service (Служба консультирования и поддержки Суффолка) по номеру телефона 0800 068 3131 (09:00 – 17:00 по рабочим дням).

Russian