

Co zrobić, jeśli zostaniesz poproszony o izolację z powodu koronawirusa (Covid-19)?

Izolacja, gdy ktoś z kim mieszkasz ma Covid-19

lub

Izolacja, gdy ktoś, z kim pracujesz, ma pozytywny wynik testu na Covid-19

To znaczy:

- Musisz zostać w domu przez 14 dni.
- Nie pozwól, aby inni ludzie odwiedzali Twój dom i nie wychodź przez 14 dni.
- **Nie** wolno Ci chodzić do pracy, do sklepów ani opuszczać miejsca zamieszkania z jakiegokolwiek powodu w ciągu 14 dni izolacji.
- Wszystkie osoby mieszkające w Twoim domu też muszą pozostać w izolacji przez 14 dni.
- Dzieci mieszkające z Tobą muszą przebywać w izolacji przez 14 dni i nie mogą uczęszczać do szkoły ani innych placówek opieki nad dziećmi.

Izolacja, gdy Ty masz ma pozytywny wynik testu na Covid-19

- W przypadku pozytywnego wyniku testu na Covid-19 należy pozostać w izolacji przez 10 dni od uzyskania tego wyniku.
- Jeśli masz objawy, staraj się trzymać jak najdalej od innych osób w swoim domu
- Jeśli pod koniec pierwszych 10 dni nadal masz temperaturę, kontynuuj izolację, aż temperatura powróci do normy i zwróć się o poradę do swojego lekarza pierwszego kontaktu

Pomoc i wsparcie

- Jeśli masz inne potrzeby w zakresie wsparcia, zadzwoń do Suffolk Advice and Support Service (Porada i wsparcie w Suffolk) pod numer 0800 068 3131 (09:00 - 17:00 w dni robocze)