



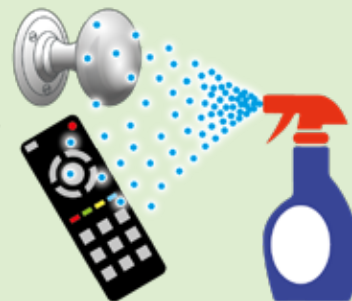
# Як зменшити поширення інфекції серед людей, з якими ви живете, якщо у вас COVID-19

Якщо у вас COVID-19, існує високий ризик, що інші члени вашої родини підхоплять його від вас. Ось кілька порад, які допоможуть зменшити поширення інфекції у вас удома.

- 1** Обмежте тісні контакти з іншими людьми. Проводьте якомога менше часу в місцях загального користування.



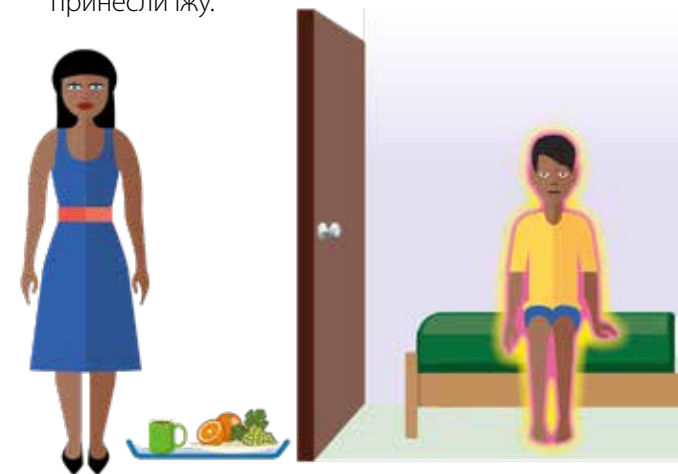
- 2** Регулярно очищайте поверхні, яких часто торкаються, а також приміщення загального користування, як-от кухні та ванні кімнати.



- 3** Регулярно мийте руки з милом і водою, особливо після кашлю та чхання.



- 4** За можливості звертайтеся по допомогу до людей, з якими ви живете. Щоб уникнути непотрібного контакту і не наражати інших на небезпеку, попросіть, щоб вам допомогли з прибиранням і принесли їжу.



- 5** Якщо вам потрібно бути в місцях загального користування, прикривайте обличчя.



- 6** Провітрійте приміщення.



- 7** Кашляйте і чхайте в одноразові серветки й відразу викидайте їх у смітник.

