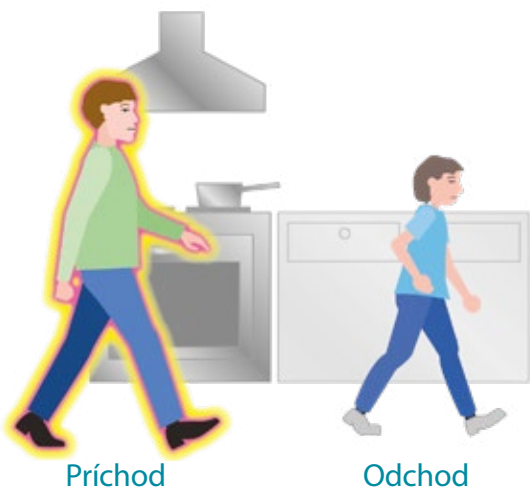




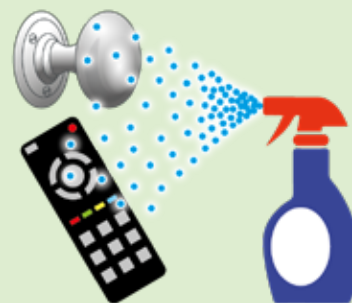
Ako obmedziť šírenie infekcie na ľudí, s ktorými žijete, ak máte COVID-19.

Ak máte COVID-19, existuje riziko, že ostatní vo vašej domácnosti sa od vás nakazia. Existuje niekoľko vecí, ktoré môžete urobiť, aby ste znížili šírenie infekcie vo vašej domácnosti.

- 1** Obmedzte blízky kontakt s inými ľuďmi. Trávte čo najmenej času v spoločných priestoroch.



- 2** Pravidelne čistite povrchy, ktorých sa často dotýkate, ako aj spoločné miestnosti, akými sú napríklad kuchyňa a kúpeľňa.



- 3** Pravidelne si umývajte ruky mydlom a vodou, a to najmä po kašľaní a kýchaní.



- 4** Ak je to možné, získajte pomoc od ľudí, s ktorými žijete. Požiadajte ich o pomoc s upratovaním a bezpečným prinesením jedla, aby ste predišli nepotrebnému kontaktu.



- 5** Ak musíte tráviť čas v spoločných priestoroch, nasadte si pokrývku tváre.



- 6** Pravidelne vetrajte miestnosti.



- 7** Pri kašľaní a kýchaní použite jednorazovú vreckovku a okamžite ju vyhodte do koša.

