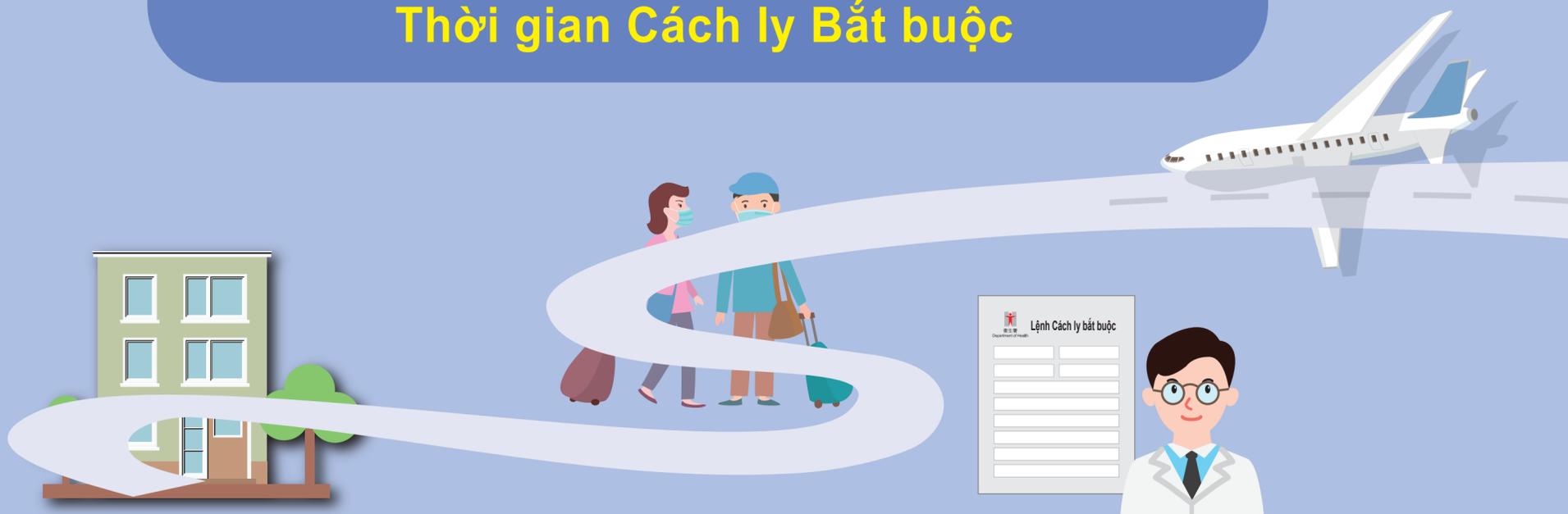


Lời khuyên Sức khỏe cho Khách du lịch Trong nước Thời gian Cách ly Bắt buộc



Địa điểm Cách ly

Tất cả các vật dụng cá nhân như bàn chải đánh răng và kem đánh răng, cốc súc miệng, khăn tắm, phải được để riêng với những vật dụng khác trong gia đình

Vệ sinh tay thường xuyên đặc biệt là trước khi ăn, hoặc chạm vào mắt, mũi hoặc miệng và trước/sau khi đeo/tháo khẩu trang

Không cần giặt quần áo riêng

Giữ vệ sinh đường ống thoát nước đúng cách và thường xuyên (khoảng một lần một tuần) đổ khoảng nửa lít nước vào mỗi cửa thoát nước (ống chữ U)

Luôn giữ khoảng cách ít nhất 1 mét với người khác

Bồn tắm và chậu rửa cần được làm sạch bằng chất tẩy rửa và nước kỹ sau khi sử dụng, trong khi nhà vệ sinh và bệ xí cần được khử trùng

Người bị cách ly phải đeo dây đeo điện tử ở cổ tay

Nếu có thể, hãy ăn trong phòng riêng của bạn. Nếu không, hãy ăn một mình và ngồi đối diện tường. Không ăn cùng bàn với các thành viên trong gia đình bạn

Giữ cho nhà cửa thật thoáng mát

Người bị cách ly không được rời khỏi nơi cách ly

Người bị cách ly và các thành viên trong gia đình phải luôn luôn đeo mặt khẩu trang càng xa càng tốt; không chạm vào bề mặt bên ngoài của khẩu trang

Người bị cách ly phải ở trong phòng riêng thoáng mát nếu có thể

Không chạm vào các đồ vật thường dùng chung; chẳng hạn như bảng điều khiển TV, bảng điều khiển radio, tay nắm cửa, trừ khi bạn khử trùng tay của mình bằng dung dịch rửa tay có cồn trước

Không mời khách đến nhà

Nếu bị sốt hoặc phát triển các triệu chứng khác, vui lòng báo cáo ngay cho Sở Y tế

