

САМОИЗОЛЯЦИЯ

Помогите остановить распространение COVID-19



Если вас попросили самоизолироваться, так как **у вас оказался положительный результат теста** на Covid-19, вам необходимо изолироваться на 10 дней с момента получения положительного теста. Все члены вашего дома должны также изолироваться, на 14 дней, включая детей, которые не должны посещать школу или детский сад.



Если у вас есть симптомы, постарайтесь находиться как можно дальше от других жильцов в вашем доме. Если по истечении 10 дней у вас сохраняется температура, вам следует продолжать изоляцию до нормализации температуры и обратиться за медицинским советом к вашему семейному врачу или сотрудникам NHS по номеру 111.



Если вас попросили самоизолироваться по причине **контактирования с кем-либо, имеющим положительный тест на Covid-19**, оставайтесь дома в течение 14 дней. Другие члены вашего дома не должны самоизолироваться, если у них отсутствуют симптомы.



Вы должны **НЕ** ходить на работу, в магазины и **НЕ** покидать ваш дом по какой-либо другой причине во время самоизоляции.

Не принимайте у себя гостей.



Вы можете быть оштрафованы в случае несоблюдения самоизоляции, если у вас обнаружен положительный тест либо вы контактировали с зараженным Covid-19 и сотрудники программы Trace and Test NHS оповестили вас о необходимости самоизолироваться.



Помощь и поддержка. Если вам нужна поддержка, позвоните в службу Саффолка по советам и поддержке по номеру 0800 068 3131 (09:00-17:00 в рабочие дни) или посетите <https://www.suffolk.gov.uk/coronavirus-covid-19/>