

Mga dapat pag-ingatan kung mayroong hinihinalang nahawaan ng Novel Corona Virus Infection sa kapamilya

○ Paghiwalayin ng kuwarto ang miyembro ng pamilya

Gawin ang posibleng paghihiwalay ng kuwarto ng naimpeksiyon at iba pang kapamilya.

Ihiwalay rin ng kuwarto sa oras ng pagkain at pagtulog.

Para sa pamilyang may mga bata, kaunti ang bilang ng kuwarto at imposibleng magawa ang pagbubukod, ipinapayong panatilihin ang 2 metrong distansiya sa bawat isa, at lagyan ng partisyon o kurtina.

Sa pagtulog, ipuwesto ang direksiyon ng ulo sa magkaibang direksiyon.

Hangga`t maaari ay huwag munang palabasin ng kuwarto ang kapamilyang naimpeksiyon.

Gawin ang pinakamainam na paraan kung paano gagamitin ang palikuran at banyo.

○ Hangga`t maaari ay italaga ang taong mag-aalaga sa naimpeksiyon

Iwasan pag-alagain ang mga kapamilyang may sakit sa puso, бага, bato, diabetes, mahina ang immune system at nagdadalantao.

○ Gumamit ng mask

Iwasang dalhin sa ibang kuwarto ang ginamit na mask.

Iwasang hawakan ang loob na bahagi ng mask.

Sa goma o tali nito hawakan ang mask kapag aalisin ito.

Tiyakin na maghuhugas ng kamay gamit ang sabon pagkatapos alisin ang mask.

Maaari ring gumamit ng disinfectant alcohol.

※Kung marumihan ay kaagad magpalit ng bago, malinis at tuyong mask.

※ Kung walang mask, gumamit ng tissue at iba pang maaaring ipantakip sa bibig at ilong kapag umuubo at bumabahing.

○ Palagiang maghugas ng kamay

Laging maghugas ng kamay gamit ang sabon. Gumamit rin ng disinfectant alcohol.

Kung mahahawakan ng kamay na may virus ang mata, ilong, bibig maaaring maimpeksiyon mula sa mucous membrane at conjunctiva (ilong at mata).

Iwasang hawakan ang mata, ilong at bibig ng kamay na hindi nahuhugasan.

○ Pagpapalit ng hangin

Regular na pagpapalit ng hangin sa loob ng tahanan

Buksan ang mga bintana ng mga kuwarto at espasyong naglalagi ang bawat kapamilya upang

makapagpalit ng hangin na dumadaloy sa loob ng bahay.

○ Gumamit ng alcohol para sa mga bagay na hinahawakan ng lahat

Mga gamit o bahagi ng bahay na hinahawakan ng lahat (katulad ng door knob, bed fence, atbp.), pahiran ng solusyon na gawa sa pinaghalong household chlorine bleach at tubig at punasan ng malinis na tubig pagkatapos.

Hugasan ang palikuran at lababo ng sabon, palagiang gumamit ng household disinfectant para sa mga ito.

Ang mga tuwalya, damit, gamit sa pagkain, kutsara, atbp. ay hugasan katulad ng palagiang paraan ng paghuhugas.

Hindi kinakailangang ihiwalay ang mga ginamit ng kapamilyang may impeksiyon.

Huwag isama ang mga bagay na ginamit ng kapamilyang may impeksiyon bago ito hugasan o labhan.

Lalo na ang tuwalya sa palikuran, lababo, kusina.

○ Ang paggamit ng disinfectant

Sinasabing epektibo ang sodium hypochlorite natorium at ethanol na mayroon ang mga nabibiling household chlorine bleach sa mga tindahan.

Ang virus ay nanatiling aktibo kapag dumapo sa mga bagay, kaya may posibilidad na ito ay nasa mga door knobs at bed fences.

Pagkatapos punasan ng pinaghalong bleach at tubig (0.05% sodium hypochlorite natorium), punasan naman ng malinis na tubig o alcohol.

Palagiang linisin ang palikuran at lababo.

Pagkatapos hugasan ng household detergent ang palikuran at mga lababo, gamitan ito ng solusyon na may kahalang 0.1% sodium hypochlorite natorium.

○ Labhan ang maruming bed sheets at damit

Gumamit ng guwantes at mask kapag hahawakan ang mga bed sheets na narumihan ng pawis at iba pang likido ng katawan pati na rin ang mga damit, gumamit ng household detergent at tiyakin na mapapatuyo ito nang wasto.

Maaari ring makita ang virus mula sa dumi ng tao.

○ Tiyakin na nakasaradong maigi ang mga basurang itatapon

Kaagad na ilagay sa supot ang mga tisyung ginamit sa pagsinga, tiyakin na isasarado itong mabuti bago dalhin sa labas ng bahay para itapon.

Kaagad na maghugas ng kamay at gumamit ng sabon pagkatapos magtapon ng basura.