

Часто задаваемые вопросы об изоляции при COVID-19



Почему меня изолируют от других пациентов и персонала?

Вирус, вызывающий COVID-19, очень заразный (его легко подхватить). Чтобы защитить от этого вируса других пациентов и персонал, пациентов с COVID-19 или с подозрением на COVID-19 будут размещать как можно более обособленно от других людей. По этой причине в больнице вводится запрет на посещение.

Почему персонал носит халаты, маски, защитные очки и другие средства защиты?

Для всеобщей безопасности наши сотрудники должны защитить себя и не допустить заражения вирусом других пациентов. Средства защиты, которые вы видите на нашем персонале, предотвратят распространение вируса. Ваш медицинский сотрудник может попросить надеть маску и вас на то время, пока он находится в вашей палате. Если вам необходимо выйти из палаты, чтобы сдать анализы или пройти процедуру, наденьте маску, чистый больничные халат и перчатки.

Почему специалисты моей медицинской бригады заходят ко мне в палату реже, чем это бывало раньше во время моего пребывания в больнице?

Ваши медицинские сотрудники могут заходить к вам в палату не так часто и оставаться в ней не так долго, как это бывало раньше. Кроме того, они могут узнавать о вашем состоянии, позвонив по больничному телефону в палате или на ваш мобильный телефон. Это объясняется тем, что чем меньше времени ваши медицинские сотрудники проведут в палате изоляции, тем ниже риск того, что они или другие их пациенты заразятся вирусом.

Как мне справиться с чувствами, возникающими в связи с изоляцией?

Мы понимаем, что изоляция может вас пугать. Вы можете чувствовать одиночество, страх, подавленность, тревогу или досаду. Чтобы справиться с этим, воспользуйтесь такими советами:

- **Поддерживайте связь с родственниками и друзьями.** Когда нет возможности встретиться с близкими людьми лично, вы можете общаться с ними по телефону, посредством текстовых сообщений и в видеочате. Возможно, вам станет легче, если вы будете планировать ежедневные звонки близким людям и с нетерпением ожидать их. Если вы на это настроены, можете также попытаться в видеочате поиграть с родными и друзьями в игры.
- **Попробуйте овладеть техниками релаксации.** Такие техники, например глубокая дыхательная гимнастика, упражнения на растяжку и медитация, могут помочь вам справиться со стрессом. Вы можете послушать бесплатный курс медитации под руководством инструктора, который предлагает наша Служба интегративной медицины (Integrative Medicine Service), перейдя по ссылке: www.mskcc.org/meditation. Видео сеансов медитации, управляемого воображения и других занятий на расслабление размещены в разделе «Мое обучение» на интерактивном телевизионном экране в вашей палате.
- **Отдохните от новостей.** Периодически на какое-то время прекращайте смотреть или читать новости, в том числе в социальных сетях. На интерактивном ТВ-экране в вашей палате есть раздел «Развлечение и отдых» — там вы сможете посмотреть фильмы и расслабляющие видео.
- **Попытайтесь как-то отвлечься.** Вы можете занять себя чтением, разукрашиванием, разгадыванием кроссвордов и головоломок по поиску слов. Если у вас нет с собой ничего такого, попросите кого-то из своей медицинской бригады принести что-нибудь в этом роде.

Как я могу воспользоваться услугой бесплатного переводчика?

Наберите номер 1-844-398-6235

- Нажмите 2, если нужен переводчик русского языка



Memorial Sloan Kettering
Cancer Center