

자가 격리 방법

담당 의료 제공자로부터 받으신 조언을 따르십시오.
질문이 있으시거나 증상이 악화되기 시작하면 담당 의료 제공자나
Nova Scotia Healthlink (811), 거주지 보건소로 연락하십시오.

자택 격리

- 대중교통이나 택시, 카풀을 이용하지 마십시오.
- 직장이나 학교, 그외 공공장소에 가지 마십시오.
- 담당 의료 제공자나 거주지 보건소에서 외출해도 안전한 시기를 알려드릴 것입니다.



자택 방문자 수 제한

- 반드시 만나야 하는 방문자만 짧게 보십시오.
- 노인과 만성 증세(예: 당뇨병, 폐 질환, 면역 결핍)가 있는 사람으로부터 거리를 두십시오.



타인과 접촉 삼가

- 가능한 한 집안에 있는 다른 사람과 떨어져 별도의 방에 머무르고 가능하면 화장실을 따로 쓰십시오.
- 공동 구역은 환기(예: 창문 열기)를 잘 시키십시오.



사회적 거리 유지

- 다른 사람과 같은 방에 있으면 최소 2 미터 거리를 두고 코와 입을 덮는 마스크를 착용하십시오.
- 본인이 마스크를 쓸 수 없으면, 같은 방에 있는 다른 사람들이 써야 합니다.



가리고 기침, 재채기 하기

- 기침이나 재채기 시 입과 코를 화장지로 가리십시오.
- 손 말고 위 소매나 팔꿈치에 대고 기침, 재채기를 하십시오.
- 쓴 화장지는 봉지를 씌운 쓰레기통에 버리고 손을 씻으십시오.
쓰레기통에 비닐봉지를 씌우면 쓰레기 처리가 더 쉽고 안전합니다.
- 쓰레기통을 비운 후 손을 씻으십시오.



손 씻기

- 비누와 물로 손을 자주 씻으십시오.
- 키친타월이나 혼자 쓰는 개인용 수건으로 손을 말리십시오.
- 비누와 물이 없으면 알코올 성분의 손 세정제를 사용하십시오.



코와 입을 덮는 마스크 착용

- 의료 제공자를 만나러 외출 시 마스크를 착용하십시오.
- 타인과 2 미터 이내 거리일 땐 마스크를 착용하십시오.



거주지 보건소 연락:

바이러스 정보

COVID-19는 신생 바이러스입니다. 한집에 사는 사람이나 진료 제공자/간병인 등 감염자와 가깝게 접촉하는 사람들에게 감염자의 호흡기 비말로 확산됩니다. COVID-19에 관한 최신 정보는 다음 온타리오주 보건부 웹사이트에서도 보실 수 있습니다: novascotia.ca/coronavirus