

- [f \(http://facebook.com\)](http://facebook.com)
- [📷 \(http://instagram.com\)](http://instagram.com)

(<https://rupor.info/>)

Search

ТОЛЬКО ЧТО

(<https://rupor.info/category/tolko-chto>) 2020.03.22

Самоізоляція: МОЗ хоче, щоб кожен, хто повернувся з-за кордону, мав окремі ванну, туалет і кухню



Міністерство охорони здоров'я закликає громадян, які повертаються чи нещодавно повернулися з-за кордону, суворо дотримуватися режиму самоізоляції, щоб убезпечити себе і близьких.

Про це повідомляє пресслужба відомства.

Самоізоляція означає, що впродовж щонайменше 14 днів потрібно уникати будь-яких контактів з іншими людьми, щоб зменшити ризик зараження. Неприпустимі контакти віч-на-віч ближче ніж 1,5 метри та довше 15 хвилин.

Про режим самоізоляції варто попередити свого сімейного лікаря і надалі підтримувати з ним зв'язок.

Для того, щоб підготуватися до самоізоляції, МОЗ радить наперед продумати, що вам знадобиться впродовж 14 днів, щоб не треба було виходити з дому. За можливості, варто попросити друзів чи родичів забезпечити ваше житло необхідними речами.

Також, за потреби, рекомендують користуватися службами доставлення з онлайн-оплатою продуктів, ліків. Водночас доставлення варто просити залишати за дверима.

Крім того, потрібно попередити друзів і родичів, що ви тимчасово не зможете приймати відвідувачів і гостей.

Якщо ви живете не самі:

- ізолюйтеся в окремій кімнаті, часто провітрюйте її, регулярно робіть вологе прибирання;
- якщо можливо, використовуйте окрему ванну кімнату та/або туалет, готуйте їжу та їжте окремо. Якщо ні — застосовуйте максимальну дезінфекцію і запобіжні заходи;
- уникайте контакту з іншими людьми. Коли це неможливо, одягайте медичну маску та викидайте її після використання чи забруднення;

- суворо дотримуйтесь правил особистої гігієни, часто мийте руки з милом.

У разі, якщо потрібно вийти з дому, слід використовувати маску для обличчя, використовувати засоби для дезінфікування рук та мінімізувати контакти з іншими людьми.

Якщо під час самоізоляції з'явилися симптоми хвороби (кашель, задишка, лихоманка, діарея), потрібно терміново звернутися за медичною допомогою та повідомити про свої нещодавні подорожі, а також контакти з людьми, які мали ознаки респіраторних захворювань.

Також Міністерство охорони здоров'я України закликала студентів старших курсів медичних університетів та інтернів для допомоги лікарям у боротьбі з коронавірусом SARS-CoV-2.

Общее количество просмотров: 12177

Больше новостей из этой рубрики → (<https://rupor.info/category/tolko-chto>)

все новости из этой рубрики (<https://rupor.info/category/tolko-chto>)

Маразмарий



(<https://rupor.info/news/197913/istoriya-yaka-skolihnula-krayinu-10-misyachniy-mark-otrimav-aparat-shvl-vid-fondu-nadiya-i-valeriya-dubilya/>)
21.04.2026 📹 (<https://rupor.info/news/197913/istoriya-yaka-skolihnula-krayinu-10-misyachniy-mark-otrimav-aparat-shvl-vid-fondu-nadiya-i-valeriya-dubilya/>)

21.04.2026

14:01

Історія, яка сколихнула країну: 10-місячний Марк отримав апарат ШВЛ від фонду «Надія» і Валерія Дубіля (<https://rupor.info/news/197913/istoriya-yaka-skolihnula-krayinu-10-misyachniy-mark-otrimav-aparat-shvl-vid-fondu-nadiya-i-valeriya-dubilya/>)

📹 (<https://rupor.info/news/197913/istoriya-yaka-skolihnula-krayinu-10-misyachniy-mark-otrimav-aparat-shvl-vid-fondu-nadiya-i-valeriya-dubilya/>)



(<https://rupor.info/news/197739/oleksii-abasov-how-ukrainian-businesses-can-attract-international-investments-and-hedge-risks-during-war/>)
02.02.2026 (<https://rupor.info/news/197739/oleksii-abasov-how-ukrainian-businesses-can-attract-international-investments-and-hedge-risks-during-war/>)

02.02.2026


07:00

Oleksii Abasov: How Ukrainian Businesses Can Attract International Investments and Hedge Risks During War (<https://rupor.info/news/197739/oleksii-abasov-how-ukrainian-businesses-can-attract-international-investments-and-hedge-risks-during-war/>)

(<https://rupor.info/news/197739/oleksii-abasov-how-ukrainian-businesses-can-attract-international-investments-and-hedge-risks-during-war/>)

 Василь Костюк очолив "Прикарпаттяобленерго" на тлі викликів енергетиці


(<https://rupor.info/news/197140/vasil-kostyuk-ocholiv-prikarpattyaoblenergo-na-tli-viklikiv-energetitsi/>)

11.07.2025  (<https://rupor.info/news/197140/vasil-kostyuk-ocholiv-prikarpattyaoblenergo-na-tli-viklikiv-energetitsi/>)


11.07.2025

16:28

Василь Костюк очолив "Прикарпаттяобленерго" на тлі викликів енергетиці (<https://rupor.info/news/197140/vasil-kostyuk-ocholiv-prikarpattyaoblenergo-na-tli-viklikiv-energetitsi/>)

 (<https://rupor.info/news/197140/vasil-kostyuk-ocholiv-prikarpattyaoblenergo-na-tli-viklikiv-energetitsi/>)

(<https://rupor.info/news/197025/sila-dopomogi-trening-v-olimpiyskomu-koledzhi-imeni-ivana-piddubnogo-vid-fast-ta-favbet-foundation/>)

13.06.2025  (<https://rupor.info/news/197025/sila-dopomogi-trening-v-olimpiyskomu-koledzhi-imeni-ivana-piddubnogo-vid-fast-ta-favbet-foundation/>)

13.06.2025

14:20

Сила допомоги: тренінг в Олімпійському коледжі імені Івана Піддубного від FAST та Favbet Foundation (<https://rupor.info/news/197025/sila-dopomogi-trening-v-olimpiyskomu-koledzhi-imeni-ivana-piddubnogo-vid-fast-ta-favbet-foundation/>)

 (<https://rupor.info/news/197025/sila-dopomogi-trening-v-olimpiyskomu-koledzhi-imeni-ivana-piddubnogo-vid-fast-ta-favbet-foundation/>)

(<https://rupor.info/news/197555/v-tambovskoy-oblasti-proizoshel-prilet-i-pozhar-est-informatsiya-ob-ugroze-dlya-mestnogo-npz/>)

27.10.2024 (<https://rupor.info/news/197555/v-tambovskoy-oblasti-proizoshel-prilet-i-pozhar-est-informatsiya-ob-ugroze-dlya-mestnogo-npz/>)

27.10.2024

16:35

В Тамбовской области произошёл «прилет» и пожар – есть информация об угрозе для местного НПЗ (<https://rupor.info/news/197555/v-tambovskoy-oblasti-proizoshel-prilet-i-pozhar-est-informatsiya-ob-ugroze-dlya-mestnogo-npz/>)

(<https://rupor.info/news/197555/v-tambovskoy-oblasti-proizoshel-prilet-i-pozhar-est-informatsiya-ob-ugroze-dlya-mestnogo-npz/>)

(<https://rupor.info/news/192506/slugi-obyavili-o-gotovnosti-idti-na-ustupki-mafioznomu-gosudarstvu-orbana/>)

09.11.2023 (<https://rupor.info/news/192506/slugi-obyavili-o-gotovnosti-idti-na-ustupki-mafioznomu-gosudarstvu-orbana/>)

09.11.2023

20:46

"Слуги" объявили о готовности идти на уступки мафиозному государству Орбана (<https://rupor.info/news/192506/slugi-obyavili-o-gotovnosti-idti-na-ustupki-mafioznomu-gosudarstvu-orbana/>)

(<https://rupor.info/news/192506/slugi-obyavili-o-gotovnosti-idti-na-ustupki-mafioznomu-gosudarstvu-orbana/>)

(<https://rupor.info/news/191639/shist-krayin-doluchilisya-do-bloku-brics-pershu-skripku-v-yakomu-grayut-komunofashisti/>)

25.08.2023 (<https://rupor.info/news/191639/shist-krayin-doluchilisya-do-bloku-brics-pershu-skripku-v-yakomu-grayut-komunofashisti/>)

25.08.2023

14:21

Шість країн долучилися до блоку BRICS, першу скрипку в якому грають комунофашисти (<https://rupor.info/news/191639/shist-krayin-doluchilisya-do-bloku-brics-pershu-skripku-v-yakomu-grayut-komunofashisti/>)

(<https://rupor.info/news/191639/shist-krayin-doluchilisya-do-bloku-brics-pershu-skripku-v-yakomu-grayut-komunofashisti/>)

(<https://rupor.info/news/191280/odioznyy-mikola-veresen-vzyav-uchast-u-stvorenni-chergovogo-treshu/>)

18.07.2023 (<https://rupor.info/news/191280/odioznyy-mikola-veresen-vzyav-uchast-u-stvorenni-chergovogo-treshu/>)

18.07.2023

12:47

Одіозний Микола Вересень взяв участь у створенні чергового трешу
(<https://rupor.info/news/191280/odioznyy-mikola-veresen-vzyav-uchast-u-stvorenni-chergovogo-treshu/>)

(<https://rupor.info/news/191280/odioznyy-mikola-veresen-vzyav-uchast-u-stvorenni-chergovogo-treshu/>)

(<https://rupor.info/news/191267/prezident-bolgarii-obvinil-ukrainu-v-popytke-zatyanut-voynu/>)

17.07.2023 (<https://rupor.info/news/191267/prezident-bolgarii-obvinil-ukrainu-v-popytke-zatyanut-voynu/>)

17.07.2023

12:16

Президент Болгарии обвинил Украину в попытке затянуть войну
(<https://rupor.info/news/191267/prezident-bolgarii-obvinil-ukrainu-v-popytke-zatyanut-voynu/>)

(<https://rupor.info/news/191267/prezident-bolgarii-obvinil-ukrainu-v-popytke-zatyanut-voynu/>)

(<https://rupor.info/news/190731/mozhno-li-byt-prezidentom-patologicheskim-bolvanom-i-agentom-kremlya-odnovremenno/>)

01.06.2023 (<https://rupor.info/news/190731/mozhno-li-byt-prezidentom-patologicheskim-bolvanom-i-agentom-kremlya-odnovremenno/>)

01.06.2023

08:33

Можно ли быть президентом, патологическим болваном и агентом Кремля одновременно?
(<https://rupor.info/news/190731/mozhno-li-byt-prezidentom-patologicheskim-bolvanom-i-agentom-kremlya-odnovremenno/>)

(<https://rupor.info/news/190731/mozhno-li-byt-prezidentom-patologicheskim-bolvanom-i-agentom-kremlya-odnovremenno/>)

СТЕНКА НА СТЕНКУ

(<https://rupor.info/news/197406/25-y-batalyon-ris-vistupiv-za-stvorennya-upravlinnya-shturmovih-viysk-navishcho-tse-potribno-na-fronti/>)

24.09.2025 (<https://rupor.info/news/197406/25-y-batalyon-ris-vistupiv-za-stvorennya-upravlinnya-shturmovih-viysk-navishcho-tse-potribno-na-fronti/>)

24.09.2025

07:37

25-й батальон "Рись" выступив за створення Управління штурмових військ: навіщо це потрібно на фронті
(<https://rupor.info/news/197406/25-y-batalyon-ris-vistupiv-za-stvorennya-upravlinnya-shturmovih-viysk-navishcho-tse-potribno-na-fronti/>)

(<https://rupor.info/news/197406/25-y-batalyon-ris-vistupiv-za-stvorennya-upravlinnya-shturmovih-viysk-navishcho-tse-potribno-na-fronti/>)

(<https://rupor.info/news/194708/prorashistskaya-vengriya-blokiruet-krupnyy-paket-voennoy-pomoshchi-es-dlya-ukrainy/>)

28.05.2024 (<https://rupor.info/news/194708/prorashistskaya-vengriya-blokiruet-krupnyy-paket-voennoy-pomoshchi-es-dlya-ukrainy/>)

28.05.2024

13:43

Прорашистская Венгрия блокирует крупный пакет военной помощи ЕС для Украины
(<https://rupor.info/news/194708/prorashistskaya-vengriya-blokiruet-krupnyy-paket-voennoy-pomoshchi-es-dlya-ukrainy/>)

(<https://rupor.info/news/194708/prorashistskaya-vengriya-blokiruet-krupnyy-paket-voennoy-pomoshchi-es-dlya-ukrainy/>)

(<https://rupor.info/news/193398/natspolitsiya-lyakae-gromadyan-pogirshennyam-kriminogennoyi-situatsiyi-v-razi-mobilizatsiyi-politsiyantiv-na-viynuu/>)

22.01.2024 (<https://rupor.info/news/193398/natspolitsiya-lyakae-gromadyan-pogirshennyam-kriminogennoyi-situatsiyi-v-razi-mobilizatsiyi-politsiyantiv-na-viynuu/>)

politsiyantiv-na-viynuu/)

22.01.2024

16:25

Нацполіція лякає громадян погіршенням криміногенної ситуації в разі мобілізації поліціантів на війну (<https://rupor.info/news/193398/natspolitsiya-lyakae-gromadyan-pogirshennyam-kriminogennoyi-situatsiyi-v-razi-mobilizatsiyi-politsiyantiv-na-viynu/>)

(<https://rupor.info/news/193398/natspolitsiya-lyakae-gromadyan-pogirshennyam-kriminogennoyi-situatsiyi-v-razi-mobilizatsiyi-politsiyantiv-na-viynu/>)

(<https://rupor.info/news/192365/ugorshchina-zahishchae-rashistskiy-rezhim-kremlya-vid-sanktsiy/>)

28.10.2023 (<https://rupor.info/news/192365/ugorshchina-zahishchae-rashistskiy-rezhim-kremlya-vid-sanktsiy/>)

28.10.2023

15:51

Угорщина захищає рашистський режим Кремля від санкцій (<https://rupor.info/news/192365/ugorshchina-zahishchae-rashistskiy-rezhim-kremlya-vid-sanktsiy/>)

(<https://rupor.info/news/192365/ugorshchina-zahishchae-rashistskiy-rezhim-kremlya-vid-sanktsiy/>)

(<https://rupor.info/news/191797/po-vsomu-svitu-internet-shahrayi-nazhivayutsya-na-viyani-v-ukrayini-rozsliduvannya/>)

07.09.2023 📹 (<https://rupor.info/news/191797/po-vsomu-svitu-internet-shahrayi-nazhivayutsya-na-viyani-v-ukrayini-rozsliduvannya/>)

07.09.2023

14:08

По всьому світу інтернет-шахраї наживаються на війні в Україні - розслідування (<https://rupor.info/news/191797/po-vsomu-svitu-internet-shahrayi-nazhivayutsya-na-viyani-v-ukrayini-rozsliduvannya/>)

📹 (<https://rupor.info/news/191797/po-vsomu-svitu-internet-shahrayi-nazhivayutsya-na-viyani-v-ukrayini-rozsliduvannya/>)

(<https://rupor.info/news/191612/ilon-mask-standovit-zagrozu-bezpetsi-ssha-new-yorker/>)

23.08.2023 📹 (<https://rupor.info/news/191612/ilon-mask-standovit-zagrozu-bezpetsi-ssha-new-yorker/>)

23.08.2023

14:23

Ілон Маск становить загрозу безпеці США - New Yorker (<https://rupor.info/news/191612/ilon-mask-standovit-zagrozu-bezpetsi-ssha-new-yorker/>)

📹 (<https://rupor.info/news/191612/ilon-mask-standovit-zagrozu-bezpetsi-ssha-new-yorker/>)

(<https://rupor.info/news/191226/konflikt-na-volini-chi-mozhlive-primirennya-mizh-polyakami-ta-ukrayintsyami/>)

12.07.2023 (<https://rupor.info/news/191226/konflikt-na-volini-chi-mozhlive-primirennya-mizh-polyakami-ta-ukrayintsyami/>)

12.07.2023

10:09

Конфлікт на Волині: чи можливе примирення між поляками та українцями (<https://rupor.info/news/191226/konflikt-na-volini-chi-mozhlive-primirennya-mizh-polyakami-ta-ukrayintsyami/>)

(<https://rupor.info/news/191226/konflikt-na-volini-chi-mozhlive-primirennya-mizh-polyakami-ta-ukrayintsyami/>)

(<https://rupor.info/news/190388/ugorshchina-ogolosila-nato-taborom-viyani/>)

06.05.2023 (<https://rupor.info/news/190388/ugorshchina-ogolosila-nato-taborom-viyani/>)

06.05.2023

08:56

Угорщина оголосила НАТО "табором війни" (<https://rupor.info/news/190388/ugorshchina-ogolosila-nato-taborom-viyani/>)

(<https://rupor.info/news/190388/ugorshchina-ogolosila-nato-taborom-viyani/>)

(<https://rupor.info/news/189135/putin-pryamo-priznal-t-n-upts-mp-rossiyskoy-tserkovyu-i-vstal-na-ee-zashchitu/>)

18.01.2023 (<https://rupor.info/news/189135/putin-pryamo-priznal-t-n-upts-mp-rossiyskoy-tserkovyu-i-vstal-na-ee-zashchitu/>)

18.01.2023

21:54

Путин прямо признал т. н. УПЦ МП российской церковью и встал на ее защиту (<https://rupor.info/news/189135/putin-pryamo-priznal-t-n-upts-mp-rossiyskoy-tserkovyu-i-vstal-na-ee-zashchitu/>)

(<https://rupor.info/news/189135/putin-pryamo-priznal-t-n-upts-mp-rossiyskoy-tserkovyu-i-vstal-na-ee-zashchitu/>)

(<https://rupor.info/news/189013/gosudarstvo-vernulo-kontrol-nad-uspenskim-soborom-i-trapezhnoy-tserkovyu-kievo-pecherskoy-lavry/>)

05.01.2023 (<https://rupor.info/news/189013/gosudarstvo-vernulo-kontrol-nad-uspenskim-soborom-i-trapezhnoy-tserkovyu-kievo-pecherskoy-lavry/>)

05.01.2023

16:12

Государство вернуло контроль над Успенским собором и Трапезной церковью Киево-Печерской лавры (<https://rupor.info/news/189013/gosudarstvo-vernulo-kontrol-nad-uspenskim-soborom-i-trapezhnoy-tserkovyu-kievo-pecherskoy-lavry/>)

(<https://rupor.info/news/189013/gosudarstvo-vernulo-kontrol-nad-uspenskim-soborom-i-trapezhnoy-tserkovyu-kievo-pecherskoy-lavry/>)

(<https://rupor.info/news/197896/lachen-i-diana-panchenko-yak-rosiyska-agentura-v-ukrayini-zapustila-feyk-pro-zbagachennya-filatova/>)

Сказано

подробнее (<https://rupor.info/news/197896/lachen-i-diana-panchenko-yak-rosiyska-agentura-v-ukrayini-zapustila-feyk-pro-zbagachennya-filatova/>)

УВИДЕНО

(<https://rupor.info/news/187535/viyna-bude-prodovzhuvatisya-v-evropi-obitsyayut-ukrayini-bilshe-zbroyi/>)

19.07.2022 (<https://rupor.info/news/187535/viyna-bude-prodovzhuvatisya-v-evropi-obitsyayut-ukrayini-bilshe-zbroyi/>)

"Війна буде продовжуватися": в Європі обіцяють Україні більше зброї (<https://rupor.info/news/187535/viyna-bude-prodovzhuvatisya-v-evropi-obitsyayut-ukrayini-bilshe-zbroyi/>)

УВИДЕНО

(<https://rupor.info/news/187520/zapadnyh-zapasov-oruzhiya-ne-hvatit-na-dlitelnyuyu-voynu-v-ukraine-glava-northrop-grumman/>)

18.07.2022 (<https://rupor.info/news/187520/zapadnyh-zapasov-oruzhiya-ne-hvatit-na-dlitelnyuyu-voynu-v-ukraine-glava-northrop-grumman/>)

Западных запасов оружия не хватит на длительную войну в Украине - глава Northrop Grumman (<https://rupor.info/news/187520/zapadnyh-zapasov-oruzhiya-ne-hvatit-na-dlitelnyuyu-voynu-v-ukraine-glava-northrop-grumman/>)

УВИДЕНО

(<https://rupor.info/news/187353/ukraina-nichego-ne-otdaet-i-vernetsya-na-poteryannye-territorii-zelenskiy/>)

04.07.2022 (<https://rupor.info/news/187353/ukraina-nichego-ne-otdaet-i-vernetsya-na-poteryannye-territorii-zelenskiy/>)

Украина ничего не отдает и вернется на потерянные территории - Зеленский (<https://rupor.info/news/187353/ukraina-nichego-ne-otdaet-i-vernetsya-na-poteryannye-territorii-zelenskiy/>)

ПОЛИТИКА

09.05.2025

СБУ затримала двох агентів угорської розвідки на Закарпатті (<https://rupor.info/news/196847/sbu-zatrimala-dvoh-agentiv-ugorskoyi-rozvidki-na-zakarpatti/>)

ЭКОНОМИКА

24.04.2025

Поплічники Трампа обговорюють скасування санкцій проти "Північного потоку-2" (<https://rupor.info/news/196752/poplichniki-trampa-obgovoryuyut-skasuvannya-sanktsiy-proti-pivnichnogo-potoku-2/>)

ПОЛИТИКА

28.02.2025

Вступ України до ЄС знищить економіку Угорщини - Орбан>
(<https://rupor.info/news/196477/vstup-ukrayini-do-es-znishchit-ekonomiku-ugorshchini-orban/>)

ПОЛИТИКА

10.02.2025

МВС продовжує доганяти ухиянтів Шабуніна та Ніколова: нові подробиці справ>
(<https://rupor.info/news/196344/mvs-prodovzhue-doganyati-uhilyantiv-shabunina-ta-nikolova-novi-podrobitsi-sprav/>)

ПОЛИТИКА

02.02.2025

Драпатий вимагає жорсткої реакції влади на вбивства військових ТЦК>
(<https://rupor.info/news/196306/drapatyy-vimagae-zhorstkoyi-reaktsiyi-vladi-na-vbivstva-viyskovih-ttsk/>)

(<https://ua.sinoptik.ua/>)Погода

Київ

вологість:

тиск:

вітер:

(<https://ua.sinoptik.ua/погода-київ>)

Погода на 10 днів від [sinoptik.ua](https://ua.sinoptik.ua)

([https://ua.sinoptik.ua/погода-київ/10-](https://ua.sinoptik.ua/погода-київ/10-днів)

днів)