

Kisa pou fè si ou malad avèk maladi kowonaviris 2019 (COVID-19)

Si ou malad avèk COVID-19 oswa ou sispèk ou enfekte avèk viris ki lakòz COVID-19 lan, swiv etap yo ki anba a pou ede evite maladi a gaye sou moun lakay ou ak nan kominote ou.

Rete lakay ou eksepte pou al pran swen medikal

Ou dwe mete limit nan aktivite deyò kay ou, sòf pou jwenn swen medikal. Pa ale nan travay, lekòl, ni nan zòn piblik. Evite itilize transpò piblik, pataje woulib, oswa taksi.

Separe tèt ou de lòt moun ak bèt nan kay ou

Moun yo: Ou dwe rete nan yon chanm byen spesyal epi lwen lòt moun nan kay ou otank posib. Epitou, ou dwe itilize yon twalèt apa, si gen disponib.

Bèt yo: Pa okipe bèt kay ni lòt bèt pandan ou malad. Gade nan [COVID-19 ak Bèt](#) pou jwenn plis enfòmasyon.

Rele davans anvan ou ale kay doktè ou

Si ou gen yon randevou medikal, rele founisè swen sante a epi di li ou gen oswa ou petèt gen COVID-19. Sa ap ede klinik founisè swen sante a pran mezi pou evite lòt moun enfekte oswa ekspoze.

Mete yon mask nan figi ou

Ou dwe mete yon mask nan figi ou lè ou ozalantou lòt moun oswa bèt kay (pa egzanp, pataje yon chanm oswa veyikil), ak anvan ou antre nan klinik yon founisè swen sante. Si ou pa kapab mete yon mask nan figi ou (pa egzanp, paske li koze pwoblèm pou ou respire), lè sa moun k ap viv avèk ou pa dwe rete nan menm chanm avèk ou, oswa yo dwe mete yon mask nan figi yo si y ap antre nan chanm ou.

Kouvri tous ak etènye ou

Kouvri nen ou ak bouch ou avèk yon klinèks lè wap touse oswa etènye. Jete klinèks ize a nan yon poubèl ki gen doubli; lave men ou touswit avèk savon ak dlo pandan 20 segonn omwen oswa netwaye men ou avèk yon dezenfektan pou men abaz alkòl ki gen 60 a 95% alkòl omwen ki kouvri tout sifas men ou epi fwote men ou ansanm jiskaske ou santi yo seche. Ou dwe itilize savon ak dlo depreferans si ou wè men ou sal aklè.

Evite pataje atik pèsònèl nan kay

Ou pa dwe pataje avèk lòt moun oswa bèt nan kay ou asyèt, vè, gode, kouvè, sèvyèt, ni atik kabann. Apre ou fin itilize bagay sa yo, yo dwe lave byen pwòp avèk savon ak dlo.

Netwaye men ou souvan

Lave men ou souvan avèk savon ak dlo pandan 20 segonn omwen. Si savon ak dlo pa disponib, netwaye men ou avèk yon dezenfektan pou men abaz alkòl ki gen 60% alkòl omwen ki kouvri tout sifas men ou epi fwote men ou ansanm jiskaske ou santi yo seche. Ou dwe itilize savon ak dlo depreferans si ou wè men ou sal aklè. Evite manyen zye ou, nen, ak bouch ou avèk men ki pa lave.

Netwaye tout sifas "anpil moun manyen" yo chak jou

Sifas anpil moun manyen souvan yo gen ladan kontwa, anlè tab, manch pòt, akseswa nan twalèt yo, twalèt, telefòn, klavye, tablèt ak tab bò kabann yo. Epitou, netwaye tout sifas ki ka gen sou yo san, pou pou oswa likid kò. Sèvi ak yon espre oswa ti sèvyèt netwayaj pou kay dapre machaswiv ki sou etikèt la. Etikèt yo gen machaswiv sou yo pou itilize pwodui netwayaj la yon fason efikas ak san danje, ansanm ak prekosyon ou dwe pran lè wap mete pwodui a, tankou mete gan epi asire ou gen bon sikilasyon lè pandan itilizasyon pwodui a.

Siveye sentòm ou yo

Chèche swen medikal touswit si maladi ou an vin pi grav (pa egzanp, ou gen difikilte pou respire). **Anvan w** al chèche swen, rele founisè swen sante ou epi di li ou gen COVID-19, oswa y ap fè yon evalyasyon pou ou pou COVID-19. Mete yon mask nan figi ou anvan ou antre nan etablisman an. Mezi sa yo ap ede klinik founisè swen sante a evite pou lòt moun ki nan klinik la oswa ki nan sal datant lan enfekte oswa ekspoze.

Mande founisè swen sante ou pou li rele departman sante lokal la oswa Eta a. Moun yo te mete nan siveyans aktif oswa nan oto-siveyans fasilite dwe respekte machaswiv yo resevwa nan men departman sante lokal yo oswa pwofesyonèl sante nan travay, selon ka a.

Si ou gen yon ijans medikal epi ou dwe rele 911, avèti pèsònèl dispatchè a ou gen COVID-19, oswa y ap fè yon evalyasyon pou ou pou COVID-19. Si sa posib, mete yon mask nan figi ou anvan sèvis medikal dijans yo rive.

Sispann izòlman nan kay

Pasyan ki gen COVID-19 konfime dwe rete anba prekosyon izòlman nan kay jiskaske yo estime risk la fèb pou transmisyon segondè bay lòt moun. Yo dwe pran desizyon pou sispann prekosyon izòlman nan kay yo dapre desizyon sou chak ka apa, nan tèt ansanm avèk founisè swen sante yo epi departman sante Eta a ak departman sante lokal yo.



www.cdc.gov/COVID19