



إذا كنت مريضًا، فاتبع هذه الخطوات الزم منزلك ولا تخرج إلا لتلقي الرعاية الطبية

- ارتدِ قناعًا.
- ابقَ على بُعد مسافة 6 أقدام على الأقل عن الآخرين.
- اغسل يديك كثيرًا.
- غطِّ فمك عند السعال والعطس.
- نظِّف الأسطح كثيرة الملامسة يوميًا.

ابقَ منعزلاً عن الأشخاص الآخرين والحيوانات الأليفة في منزلك

- ابقَ في غرفة خاصة قدر الإمكان.
- ابقَ بعيداً عن الأشخاص الآخرين والحيوانات الأليفة في منزلك.
- إن أمكن، يجب عليك استخدام حمام منفصل.
- إذا كنت بحاجة إلى التواجد بالقرب من أشخاص آخرين أو الحيوانات داخل المنزل أو خارجه، فارتدِ قناعًا.



عندما تشعر بالمرض



لا تشارك الأدوات المنزلية الشخصية مع الآخرين

لا تشارك الأطباق، أو أكواب الشرب، أو الفناجين، أو أدوات تناول الطعام، أو المناشف، أو مفرش الأسرة مع الأشخاص الآخرين في منزلك.



راقب أعراضك

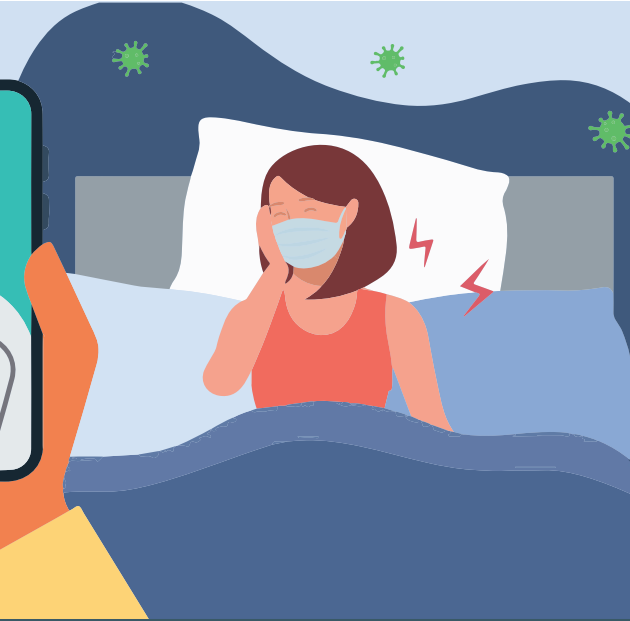
تتضمن أعراض كوفيد-19 الحمى والسعال وضيق التنفس وغير ذلك.

اتبع التعليمات المقدمة من مقدم الرعاية الصحية لديك وإدارة الصحة المحلية.



متى تطلب العناية الطبية الطارئة

- إذا كان هناك شخص ما يعاني من صعوبة التنفس.
- ألم أو ضغط مستمر في الصدر.
- عدم القدرة على الاستيقاظ أو البقاء مستيقظاً.
- جلد، أو شفاه، أو فراش أظافر شاحبة أو رمادية أو زرقاء اللون حسب لون البشرة.



اطلب الرعاية الطبية الطارئة على الفور. اتصل برقم 911 أو اتصل بمرفق الطوارئ المحلي
أخبر عامل تشغيل الهاتف بأنك تبحث عن رعاية لشخص مُصاب بفيروس كوفيد-19 أو يُحتمل إصابته به.