

# Kisa ou dwe fè si ou gen COVID-19, oswa si ou panse ou enfekte?

Kreye pa "COVID-19 Health Literacy Project" an kolaborasyon avèk "Harvard Health Publishing"

## A kisa mwen ka atann mwen?

- Nòmalmman, COVID-19 se yon maladi pa si grav. Moun ki an sante ki gen mwens pase 60 lane gen sentòm ki sanble ak grip: Sa yo se lafyèv (plis pase 100.4 F [38°C]), tous sèch, gòj fè mal ak fatig pandan de semèn.
- Si ou gen sentòm pa si grav, ou dwe rele doktè ou. Di li si ou te an kontak ak lòt moun ki kapab te gen COVID-19.
- Doktè ou ap di ou si ou bezwen fè yon tès, ak ki kote ou ka fè tès la.
- Paske kounye a, tès yo pa toujou disponib, sa ka rive ke doktè ou di ou pouw rete lakay ou pandan katòz jou, oswa plis nan ka ou ta gen enfeksyon COVID-19 la.

## Kilè mwen ta dwe wè yon doktè?

- Sentòm grav yo plis prezante lakay moun ki gen plis pase 60 lane, moun ki gen maladi kè, maladi poumon oswa kansè. Men, yon moun ki jèn e an sante ka toujou gen sentòm grav yo tou.
- Moun ki gen sentòm grav yo ka bezwen etène lopital.
- Rele doktè ou ANVAN ou ale nan biwo doktè a oswa lopital.

**Rele 911 oswa nenpòt nimewo ijans ki disponib nan zòn ou ye a si ou gen nenpòt nan sentòm sa yo:**

- Pwoblèm pou respire
- Konfizyon oswa fatig toudenkou
- Chanjman koulè nan bouch ou oswa figiw (yo vinn pi fonsse oubyen yo vinn ble)

## Ki tretman medikal pou COVID-19 la?

- Pou kounye a, pa gen medikaman espesifik pou COVID-19.
- Anpil moun santi yo pi byen lè yo bwè anpil likid epi pran repo.
- Acetaminophen (Tylenol) kapab ede redwi lafyèv ak soulaje kò fè mal la.
- Si ou gen sentòm grav e ke ou dwe ale lopital, doktè yo ap fè yon plan espesifik pou pran swen ou.

## Kouman Pou Mwen Evite fe Lot Moun Malad?

**Si ou panse ke ou enfekte ak COVID-19, ou dwe izole tèt ou lakay ou**



An jeneral, izolasyon nan kay la dire de semèn. Desizyon pou kanpe izolasyon nan kay la dwe pran avèk doktè ou.

**Rete lwen lòt moun**



Si sa posib, itilize yon twalet separe, youn chanm separe, ak yon kwizin ki izole de lòt moun. Mete yon mask nan figi ou si ou gen youn.

**Kenbe menw pwòp**



Kouvri bouch ou le wap touse oubyen etenye. Pa manyen je ou, nen ou ak bouch ou. Lave men ou avèk savon ak dlo pandan 20 segonn oswa itilize yon dezenfektan pou men ki gen omwen 60% alkòl ladanl.

**Kenbe kay ou pwòp**



Pa pataje bagay pèsònèl ou. Netwaye sifas ou itilize souvan yo (tab yo, manch pòt yo, telefòn yo, klavye yo, entèripte limyè yo) chak jou. Itilize solisyon netwayaj ki gen omwen 70% alkòl ladan yo, oswa solisyon klowòks, oswa dezenfektan nan kay la.

Dat dènye revizyon an: 3/23/20

# Anpeche COVID-19 gaye nan kominote a

Kreye pa "COVID-19 Health Literacy Project" an kolaborasyon avèk "Harvard Health Publishing"

**Rete lakay ou lè ou kapab, eksepte pou ale nan randevou medikal.**



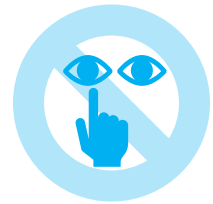
Rete omwen a 2 mètr de lòt moun, menm si yo pa sanble malad. Enfòm sou direktiv kominote wap viv ladan lan paske kominote diferan gen direktiv diferan sou kesyon kite kay la.

**Lave men ou avèk savon ak dlo pandan omwen 20 segonn anvan ou manje oswa anvan ou kwit manje, ak apre ou finn etènye, touse, oswa apre ou finn frekante nèn pot espas piblik.**



Si ou pa kapab lave men ou avèk savon ak dlo, itilize yon dezenfektan pou men ki gen omwen 60% alkol ladanl.

**Pa manyen je ou, nen ou, ak bouch ou.**



COVID-19 kapab viv sou kèk sifas pou plizyè jou. Ou ka vin enfekte si ou manyen sifas sa yo epi manyen je ou, nen ou oswa bouch ou.

**Netwaye ak dezenfekte sifas ke ou itilize anpil yo. Itilize solisyon alkòl ki gen omwen 70% alkol, oswa solisyon klowòks.**



Netwaye sifas ke ou itilize souvan yo tankou telefòn yo, kle yo, tablèt yo, manch pòt yo, ak rimòt televizyon yo.

**Touse ak etènye nan koud ou oswa nan yon tisi.**



COVID-19 transmèt prensipalman nan ti gout ki vole nan lè a, lè yon moun enfekte etènye oswa touse tou pre lòt moun.

**Reflechchi davans sou fason pou pran swen tèt ou ak fanmi ou.**



Granmoun ak moun ki gen yon kondisyon medikal kwonik (egzanp, sik, tansyon, kè) plis an danje pa rapò ak COVID-19. Yo ta dwe pale ak doktè yo sou fason pou pwoteje tèt yo. Kreye yon lis de kontak ijans yo epi prepare yon espas lakay ou pou fanmi ki ta tonbe malad.

## Fè

- Rete nan kay ou, eksepte pou vizit medikal yo. Si ou gen sentòm grav, rele 911 oswa nimewo ijans ki disponib nan zòn ou rete a
- Lave men ou avèk savon ak dlo pandan 20 segonn (oswa itilize yon dezenfektan pou men ki gen omwen 60% alkol)
- Touse ak etènye nan koud oswa nan yon tisi.
- Vizite sit [CDC](https://www.cdc.gov) oswa [WHO](https://www.who.int) pou enfòmasyon aktyèl.
- Rete an kominikasyon ak zanmi, ak fanmi pa telefòn oswa "apèl videyo"

## Pa Fè

- Pa kite kay la oswa patisipe nan yon gwoup si li pa esansyèl
- Pa mete "mask" sof si ou ap pran swen yon moun malad
- Pa touse nan men ou
- Pa itilize enfòmasyon nan sous ki pa verifye
- Pa vizite zanmi ak fanmi paske ou kapab ogmante risk ni pou ou, ni pou yo pou trape COVID-19

Dat dènye revizyon an: 3/23/20