

10 fason pou jere sentòm respiratwa pandan w lakay ou

MD

HAITIAN CREOLE

Si ou gen lafièv, w ap touse, ouben souf ou kout, rele doktè w. Yo ka mande w pou w ret lakay pran swen tèt ou. Swiv etap sa yo:

1. Rete lakay jiska:

- Sa fè omwen 10 jou depi sentòm ou yo kòmansé E
- Ou pa t gen lafièv pandan 3 jou e ou p at pran okenn medikaman pou lafièv E
- Sentòm ou yo amelyore.



6. Lè w ap touse oswa etènye, kouvri bouch ou avèk yon twal epi voye l jete.



2. Kontwòle sentòm ou yo ak anpil atansyon. Si sentòm ou yo vin pi mal, rele doktè w imedyatman.



7. Lave men w souvan ak savon ak dlo pou omwen 20 segonn.



3. Pran repo e bwè anpil likid.



8. Otan sa posib, rete lwen lòt moun, rete nan yon chanmnan apa e itilize twalèt pa w apa. Mete you mas lè ou bò kote lòt moun.



4. Avan ou ale kay doktè, rele e di yo ke ou genyen ouben sanble ke ou genyen COVID-19.



9. Evite pataje tout bagay nan kay la, tankou manje.



5. Pou ijans, rele 911. Di yo ke ou genyen ouben sanble ke ou genyen COVID-19.



10. Sifas ke ou touche souvan ta dwe netwaye chak jou.



Depatman Sante Maryland

Rele 211 ouben ale sou 211md.org pou w ak jwen lòt enfòmasyon.

