10 načina za liječenje simptoma dišnog sustava kod kuće

NC

CROATIAN

Ako imate temperaturu, kašalj ili vam ponestaje zraka, nazovite svog liječnika. Možda će vam reći da se liječite kod kuće. Slijedite ove savjete:

1. Ostanite doma dok:

- Ne prođe najmanje 10 dana od kad su vaši simptomi započeli **I UZ OVO**
- Niste imali temperaturu 24 sata bez ikakvog lijeka za snižavanje temperature **I UZ OVO**
- Vaši simptomi su se poboljšali.

2. Pažljivo pratite svoje simptome. Ako se simptomi pogoršaju, odmah nazovite svog liječnika.

3. Odmarajte i pijte puno tekućine.

4. Prije nego odete liječniku, nazovite ga i recite da imate ili biste mogli imati COVID-19.

5. Za hitne slučajeve, pozovite 911. Recite im da imate ili biste mogli imati COVID-19.

6. Kad kašljete ili kišete, **pokrijte usta** maramicom i bacite je.

7. Perite ruke često sapunom i vodom najmanje 20 sekundi.

8. U najvećoj mogućoj mjeri, **držite se podalje od drugih ljudi,** boravite u zasebnoj sobi i koristite zasebnu kupaonicu. Nosite masku kada ste u blizini drugih.

9. Izbjegavajte dijeljenje bilo kakvih predmeta u kućanstvu, uključujući hranu.

10. Površine koje dodirujete svakodnevno **trebaju se čistiti svaki dan.**

Odjel za zdravstvo i socijalnu skrb savezne države Sjeverne Karoline – www.ncdhhs.gov/covid19

Nazovite 211 ili idite na nc211.org da biste pronašli druge izvore.

Prilagođeno iz brošure CDC pod nazivom „10 načina za liječenje simptoma dišnog sustava kod kuće“