

10 fason pou jere sentòm respiratwa pandan w lakay ou

NC

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 kòmase **E**
- Ou pa t gen lafiyèw pou 24 èdtan e ou p at pran okenn medikaman pou lafiyèw **E**
- Sentòm ou yo amelyore.



6. Lè w ap touse oswa etènne, **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 Nan Karolinn di Nò ak Resous Imèn – www.ncdhhs.gov/covid19

Rele 211 ouben ale sou nc211.org pou w ak jwen lòt enfòmasyon.

