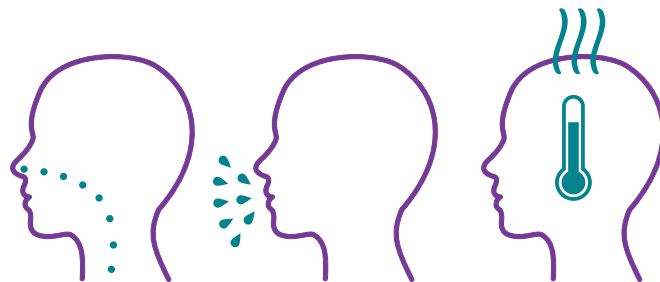


# Kisa Ou Dwe Fè Si Ou Gen COVID-19

## Aprann Kijan Pou W Pran Swen Tèt Ou epi Pwoteje Lòt Moun

### Kisa sentòm COVID-19 yo ye?

- Sentòm moun genyen souvan yo se lafyèw oswa frison, tous, souf kout oswa difikilte pou respire, fatig, doulè nan misk oswa nan kò, maltèt, vin pa ka pran gou oswa sant, gòj fè mal, konjesyon oswa nen k ap koule, kè plen oswa vomisman, ak dyare.
- Gen moun ki pa gen okenn sentòm..



### Ki moun ki gen pi gwo risk fè maladi COVID-19 grav?

- Moun ki gen laj omwen 65 an gen pi gwo risk.
- Moun nenpòt ki laj ki gen sèten pwoblèm sante kwonik.
- Moun ki pa pran vaksen kont COVID-19.
- Moun nwa, latino ak Endyen Ameriken yo, poutèt inegalite enstitisyonèl nan sosyete a ak nan zafè sante.

### Kisa pou mwen fè si mwen gen sentòm COVID-19 yo oswa si tès mwen an pozitif?

- **Rete lakay ou.** Pa kite lakay ou sòf pou jwenn swen medikal esansyèl (sa gen ladan tès pou COVID-19) oswa pou nesesite debaz (tankou pwovizyon) si yon moun pa kapab al pran yo pou ou. Pa ale ni nan travay ni lekòl.



- **Pale avèk pwofesyonèl medikal ou epi poze li kesyon sou tretman.** Rele oswa sèvi ak videyo lè sa posib. Tretman an redui risk pou vin malad anpil anba COVID-19 ak pou entène lopital, e li mache pi byen lè ou resevwa li kou w vin malad. Pou plis enfòmasyon, ale sou [nyc.gov/health/covidtreatments](https://www.nyc.gov/health/covidtreatments).



- **Fè tès.** Ale sou [nyc.gov/covidtest](https://www.nyc.gov/covidtest) oswa rele **311** pou jwenn yon kote ki fè tès. Gen anpil kote ki ofri tès gratis.



- **Fè kontak pwòch ou yo konnen.** Di moun ki te gen kontak pwòch avè w yo sa (mwens pase 6 pye oswa omwen 15 minit sou yon peryòd 24 èdtan) pou yo ka fè tès. Sa gen ladan tout moun ki te gen kontak pwòch avè w nan de (2) jou anvan kòmansman sentòm ou yo (oswa dat tès la si ou pa t gen sentòm).

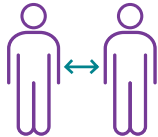
- **Chèche èd si ou gen ijans.** Si ou gen pwoblèm respire, doulè oswa presyon nan pwatrin ou, pobouch oswa figi ble oswa gri, oswa nenpòt ki lòt pwoblèm sante ijan, ale lopital oswa rele **911** touswit.



## Kijan pou mwen pwoteje moun lakay mwen?

- Kreye distans fizik:

- Rete nan yon pyès separe epi sèvi ak yon saldeben separe, si sa posib.



- Rete lwen lòt moun, sitou moun ki gen pi gwo risk maladi COVID-19 grav.

- Kouvri figi ou:

- Mete yon mask pwoteksyon ki byen chita lè ou bò kot lòt moun. Fè yo mete mask pwoteksyon lè yo bò kote ou.
- Lè w ap touse oswa etènne kouvri avèk mouchwa papyè oswa avèk andedan koud ou.



- Netwaye:

- Lave men ou souvan avèk savon ak dlo.
- Netwaye sifas ou manyen souvan yo.
- Pa separe sèvyèt, manje ak kouvè ak lòt moun.



- Kite lè sikile:

- Ouvri fenèt yo ak pòt yo.
- Sèvi ak yon èklinè pòtab.
- Limen vantilè nan saldeben ak anlè fou yo ki rale lè a monte.



## Ki lè mwen ka kite lakay mwen apre maladi mwen an?

- Si tès ou a pozitif e ou gen sentòm, rete lakay ou (izole tèt ou) pandan omwen senk jou antye apre kòmansman sentòm ou yo. Apre sa ou ka kite lakay ou si nan sentòm ou yo pa t gen ni souf kout ni pwoblèm pou respire, ou fè mye globalman, e ou pa t gen lafyè nan dènye 24 èdtan yo san ou pa t pran medikaman.

- Si tès ou a pozitif e ou pa gen sentòm, rete lakay ou pandan senk jou konplè apre jou tès ou a.



- Si tès ou a negatif e ou gen sentòm, ou kapab kite lakay ou si ou pa t gen lafyè nan dènye 24 èdtan yo san ou pa t pran medikaman. Si w ap fè tès COVID-19 lakay ou, fè omwen de (2) tès avèk yon entèval 48 èdtan ki separe yo.

Mete yon mask ki byen chita bò kot lòt moun epi suiv konsèy prevansyon enpòtan yo pandan 10 jou apati de kòmansman sentòm ou yo oswa apati de lè tès pozitif ou a. Pou plis enfòmasyon, ale sou [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/isolation.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/isolation.html).



### Ou bezwen Èd?

Si ou bezwen yon pwofesyonèl medikal, rele 212-268-4319. NYC ap bay swen kèlkeswa estati imigrasyon oswa kapasite pou peye.

**Rete ajou avèk vaksen ou yo.** Pran vaksen se pi bon fason pou ou pwoteje tèt ou kont maladi COVID-19 grav, ospitalizasyon ak lanmò. Pran vaksen ak rapèl menm si ou te genyen COVID-19 deja pou ede anpeche ou genyen li ankò. Pou plis enfòmasyon sou vaksen kont COVID-19 yo, ale sou [nyc.gov/covidvaccine](https://www.nyc.gov/covidvaccine).