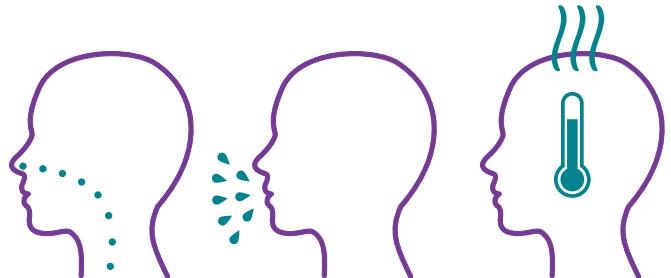


Kisa Ou Dwe Fè Si Ou Gen COVID-19

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

Kisa sentòm COVID-19 yo ye?

- Sentòm moun genyen souvan yo se lafyèv 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.



Kiyès ki gen pi gwo risk pou yo vin malad anpil, entène lopital oswa mouri anba COVID-19?

- Moun ki gen laj 50 an pou pi piti, sitou moun ki gen laj 65 an pou pi piti
- Moun ki ansent
- 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 videoyo lè sa posib. Tretman an redui risk pou vin malad anpil anba COVID-19 ak pou entène lopital poutèt sa, e li mache pi byen lè ou resevwa li kou w vin malad. Pou plis enfòmasyon, ale sou nyc.gov/health/covidtreatments.

• **Fè tès.** Ale sou nyc.gov/covidtest oswa rele **311** pou jwenn yon kote ki fè tès. Epitou, ou kapab itilize tès COVID-19 pou fè lakay yo.



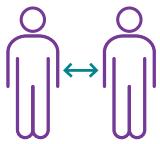
• **Fè kontak pwòch ou yo konnen.** Di moun ki te gen kontak pwòch avè w yo sa (mwens pase 6 pye oswa omwen 15 minit sou yon peryòd 24 èdtan) pou yo ka fè tès. Sa gen ladan tout moun ki te gen kontak pwòch avè w nan de (2) jou anvan kòmansman sentòm ou yo (oswa dat tès la si ou pa t gen sentòm).

• **Chèche èd si ou gen ijans.** Si ou gen pwoblèm respire, doulè oswa presyon nan pwatin 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 etènye kouvri avèk mouchwa papye 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 vantilatè saldeben ak recho 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 jou sentòm ou yo te kòmanse a. Ou kapab kite lakay ou si sentòm ou yo pa t gen ladan yo souf kout oswa difikilte pou respire, maladi w la amelyore, epi ou pa t gen lafyèv pandan dènye 24 èdtan yo san w pa 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 lafyèv nan dènye 24 èdtan yo san ou pa t pran medikaman. Si w ap itilize tès COVID-19 pou fè lakay yo, 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. Ou ka sispann mete mask pi bonè si ou gen de (2) tès COVID-19 ki negatif ou fè ak yon entèval 48 èdtan ki separe yo. Pou jwenn 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 Health + Hospitals ap bay swen kèlkswa estati imigrasyon yon moun oswa kapasite li pou peye. Pou yo ede ou jwenn yon pwofesyonèl medikal, rele **311** oswa 844-692-4692.

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. Epitou, vaksen yo diminye risk pou gen COVID long (sentòm ki dire plizyè mwa oswa pi lontan apre enfeksyon COVID-19). Pou plis enfòmasyon sou vaksen kont COVID-19 yo, ale sou nyc.gov/covidvaccine.