

在家里应对呼吸道疾病症状的 10 种方法

如果您有发烧、咳嗽或呼吸急促的症状, 请给医生打电话。他们可能告诉您在家里自行应对这些症状。请遵照以下提示:

1. 请**留家里**, 直到:

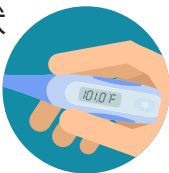
- 已经有症状至少 10 天, 并且
- 您在没有服用任何退烧药的情况下已经 24 小时不发烧并且
- 您的症状已经改善。



6. 您咳嗽或打喷嚏时, 用纸巾**挡住嘴**然后扔掉纸巾。



2. 请**谨慎地监控您的症状**。如果症状恶化, 请立即给医生打电话。



7. 用肥皂和水**勤洗手**, 每次至少 20 秒。



3. **多休息、多喝水**。



8. 尽量**远离其他人**, 单独呆在一个间并使用单独的卫生间。在他人附近时, 戴上口罩。



4. 在您去医生办公室**之前**, 请先打电话并告诉他们您可能**有新型冠状病毒 (COVID-19)**。



9. **避免共用家庭用品**, 也不要一起吃饭。



5. **紧急情况**, 请拨打 911。告诉他们您可能**有冠状病毒 (COVID-19)**。



10. **每天都要擦洗**您每天碰过的物表面。



拨打 211 或访问 211info.org 查找其他资源。

如需了解最新消息, 请访问网站: MULTCO.US/COVID19

1015-2021

Adapted from the CDC and the NC Department of Health and Human Services flyers, both titled "10 ways to manage respiratory symptoms at home".