

10 способов лечения симптомов респираторных заболеваний в домашних условиях

Если у вас повышенная температура, кашель или затрудненное дыхание, обратитесь к своему лечащему врачу. Врач посоветует вам способы лечения в домашних условиях. Выполняйте следующие рекомендации:

1. Не выходите из дома, пока:

- С момента возникновения симптомов не пройдет минимум 10 дней **И**
- На протяжении 24 часов у Вас наблюдается нормальная температура без приема жаропонижающих лекарств, **И**
- Не улучшится симптоматика.



6. При кашле или чихании прикрывайте рот салфеткой, а затем выбросьте ее.



2. Тщательно наблюдайте за состоянием симптомов. В случае ухудшения симптомов незамедлительно обратитесь к своему лечащему врачу.



7. Чаще мойте руки водой с мылом в течение не менее 20 секунд.



3. Отдыхайте и пейте больше жидкости.



8. По возможности ограничьте социальные контакты с другими людьми, находитесь в отдельной комнате и пользуйтесь отдельной ванной комнатой. При контакте с другими людьми надевайте маску.



4. Перед посещением врача позвоните ему и предупредите, что вы заражены или можете быть заражены вирусом COVID-19.



9. Не используйте совместно никакие предметы домашнего обихода, включая продукты питания.



5. Для получения экстренной помощи позвоните по телефону 911. Сообщите специалистам службы, что вы заражены или можете быть заражены вирусом COVID-19.



10. Необходимо ежедневно очищать поверхности, к которым вы часто прикасаетесь.



Дополнительные сведения можно получить по телефону 211 или на сайте 211info.org

ЧТОБЫ БЫТЬ В КУРСЕ ПОСЛЕДНИХ НОВОСТЕЙ, ПОСЕТИТЕ [MULTCO.US/COVID19](https://multco.us/covid19)