

What To Do if You Have COVID-19 Symptoms

حمى، سعال، وضيق التنفس هي الاعراض المؤكدة التي ظهرت في مرضى الوباء كورونا:



إذا كنت تعتقد بأنك تحمل هذا الوباء 19 أو إذا كانت لديك هذه الاعراض ستجد هنا كيف تتحكم فيها بنفسك في المنزل:

- لا تخرج من المنزل إلا إذا كنت مضطرا للخروج لشراء الدواء
- إذ كنت الشخص المصاب ب كورونا 19 او في خطر من ان تصاب به
 - فيجب عليك ان تتصل بالعيادة وتكلم طبيب
 - اعزل نفسك عن الاخرين في غرفة داخل المنزل
 - استخدم حماما منفصلاً عن الآخرين
 - عند السعال او العطس استعمل مرفقك لتغطي فمك واغسل على الفور
 - تنظيف الأسطح المستخدمة بشكل متكرر
 - خذ الكثير من الراحة
 - استخدم الادوية التي لا تستلزم وصفة طبية مثل تا لينول للحمى والسعال
 - راقب الاعراض واحصل على الرعاية الطبية إذا كان مرضك يزداد سوءاً

الإجراءات التي يجب اتخاذها لتقليل خطر إصابتك بالمرض:

- لا تخرج من المنزل قدر الإمكان
- تجنب الزحام قدر الإمكان
- تجنب السفر الغير الضروري
- إذ كنت لا تستطيع الخروج لفترة طويلة من المنزل:
 - اتصل بالرعاية الصحية (أو الصيدلية) الخاص بك للحصول على الأدوية الإضافية الضرورية.

إذا كنت تعاني من اعراض وباء كورونا 19 هل من الممكن الخضوع لاختبار

لسوء الحظ بسبب النقص الوطني في المختبرات ل وباء كورونا 2019 سيتم إعطاء الأشخاص المرضى في المستشفى، والعاملين في مجال الرعاية الصحية، وأولئك الذين يتلقون رعاية طويلة الأجل.

يمكن الاستفادة من معظم العيادات والمستشفيات في هذه الولاية ولاية مينيسوتا لأن لديها القدرة على جمع عينات للاختبار، مما يمكنك الاتصال بالرعاية الصحية الخاصة بك قبل ان تذهب للعيادة. كما يجب على الذين لا يستطعون إجراء الاختبار العزل إذا كانوا يعانون من أعراض ويحددون من أنشطتهم في الأماكن العامة لمدة أربعة عشر يوماً.

Sources:

MDH - <https://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/materials/index.html>

CDC - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>