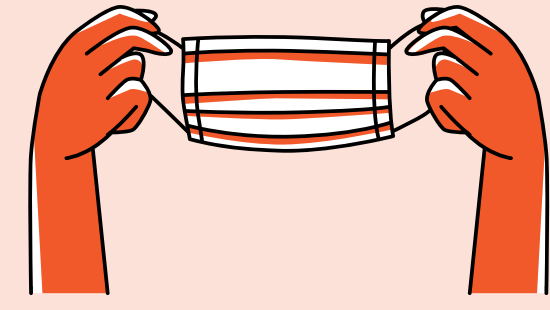


# CUM SĂ VĂ GESTIONAȚI SIMPTOMELE DE COVID-19 LA DOMICILIU

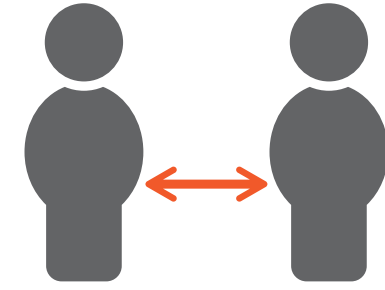
IDacă aveți COVID-19 și locuiți împreună cu alte persoane, există un risc ridicat de a-l răspândi printre persoanele de acasă.

Pentru a vă proteja căminul, urmați aceste sfaturi dacă ați fost testat pozitiv la COVID-19 și/sau aveți simptome:

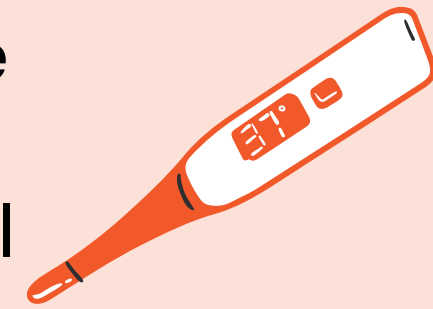
**1** Purtați în permanență o mască în prezența oricui în interiorul casei dvs.



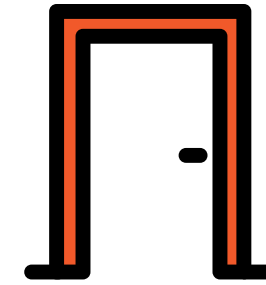
**2** Păstrați în permanență o distanță fizică de cel puțin 6 picioare (2 metri).



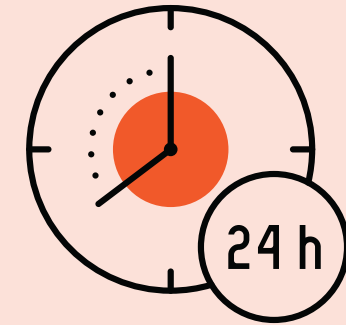
**3** Monitorizați-vă simptomele. Dacă simptomele vi se agravează, sunați la furnizorul dvs. de servicii medicale sau, în cazul în care nu aveți un furnizor, sunați la King County COVID-19 Call Center (Centrul de Apel pentru COVID-19 al Comitatului King).



**4** Stați cât mai mult posibil într-o cameră desemnată și departe de persoanele din gospodărie.



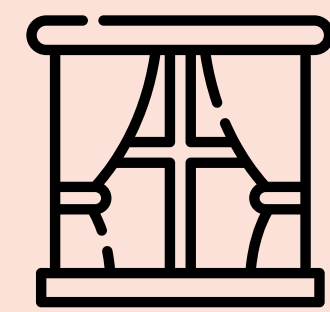
**5** Folosiți spații comune, cum ar fi bucătăria sau baia în momente diferite. Curățați întotdeauna suprafețele după fiecare utilizare. Spălați ustensilele și suprafețele după fiecare utilizare.



**6** Evitați să utilizați în comun obiecte personale, cum ar fi ustensile, prosoape, lenjerie de pat, cu persoanele cu care locuiți.



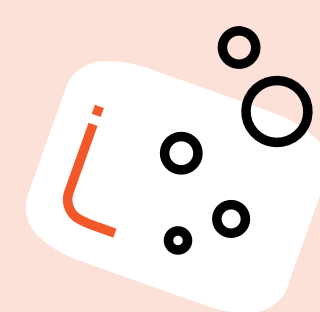
**7** Deschideți ferestrele pentru a îmbunătăți ventilația și pentru a crește fluxul de aer, mai ales dacă utilizați o baie la comun.



**8** După utilizare, curățați toate suprafețele care sunt atinse adesea, cum ar fi clanțele sau blaturile de bucătărie.



**9** Mențineți o rutină de igienă. Acoperiți-vă tusea și strănuturile cu un șervețel sau cu interiorul cotului. Spălați-vă mâinile frecvent cu apă și săpun sau dezinfectant pentru mâini cu un conținut de alcool de cel puțin 60%.



Dacă nu aveți un furnizor de servicii medicale sau dacă aveți nevoie de ajutor pentru a vă izola de persoanele din gospodăria dvs., sunați la King County COVID-19 Call Center: 206-477-3977. Interpreți disponibili.

January 11, 2021

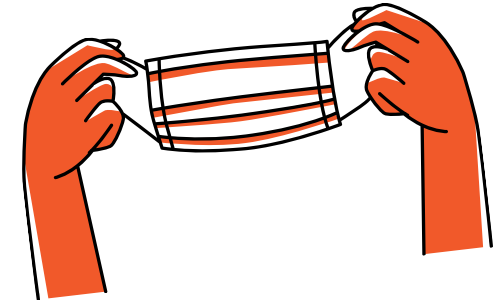
# CUM SĂ AVEM GRIJĂ DE PERSOANELE CU COVID-19 LA DOMICILIU

Locuitorul împreună cu o persoană care are COVID-19 reprezintă unul dintre cele mai mari riscuri de a contracta COVID-19. Chiar și cu o bună distanțare socială și purtarea unei măști, riscul dvs. de a lua COVID-19 în timp ce locuiți cu cineva care are COVID-19 este mult mai mare decât în alte situații.

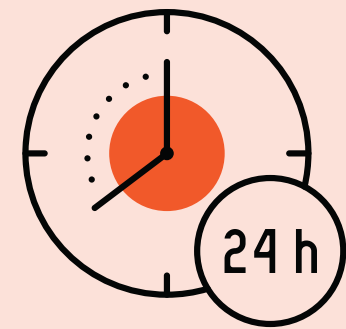
Dacă locuiți împreună cu o persoană care are COVID-19, vă recomandăm următoarele măsuri:

**1 Alegeți o persoană din casă care să joace rolul de îngrijitor principal.**  
Asigurați-vă că persoana care are COVID-19 se odihnește suficient. Împotriva febrei, a durerii în gât și a disconfortului general, utilizați medicamente care nu sunt eliberate pe rețetă. Respectați indicațiile primite de către aceasta de la furnizorul său de servicii medicale.

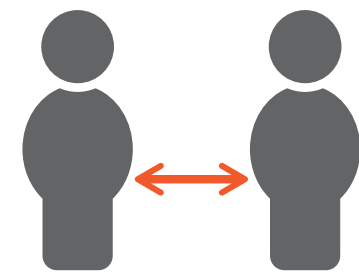
**2 Purtați o mască dacă trebuie să vă aflați în preajma altor persoane în interiorul sau în afara casei dvs.**



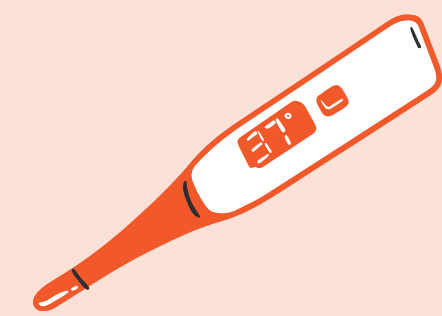
**3 Folosiți spații comune, cum ar fi bucătăria sau baia în momente diferite. Curățați întotdeauna suprafețele după fiecare utilizare. Spălați ustensilele și suprafețele după fiecare utilizare.**



**4 Orice persoană care nu este îngrijitorul principal trebuie să mențină o distanță fizică de persoana cu COVID-19.**



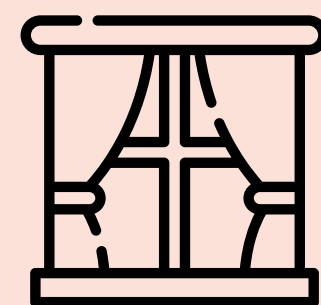
**5 Monitorizați-vă simptomele în cazul în care sunteți infectat cu COVID-19.**



**6 Evitați să utilizați în comun obiecte personale, cum ar fi ustensile, prosoape, lenjerie de pat, cu persoanele cu care locuiți.**



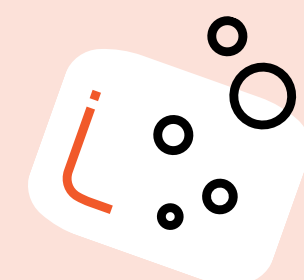
**7 Deschideți ferestrele pentru a îmbunătăți ventilația și pentru a crește fluxul de aer, mai ales dacă utilizați o baie la comun.**



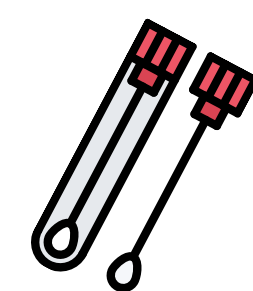
**8 După utilizare, curățați toate suprafețele care sunt atinse adesea, cum ar fi clanțele sau blaturile de bucătărie.**



**9 Mențineți o rutină de igienă. Spălați-vă mâinile frecvent cu apă și săpun sau dezinfectant pentru mâini cu un conținut de alcool de cel puțin 60%.**



**10 Testați-vă pentru COVID-19.**  
Izolați-vă în ultima zi în care persoana cu COVID-19 din gospodăria dvs. își finalizează perioada de izolare.



**Dacă nu aveți un furnizor de servicii medicale sau dacă aveți nevoie de ajutor pentru a vă izola de persoanele din gospodăria dvs., sunați la King County COVID-19 Call Center: 206-477-3977. Interpreți disponibili. Pentru sfaturi suplimentare referitor la cum să aveți grijă de cineva cu COVID-19 la domiciliu, vă rugăm să vizitați [www.kingcounty.gov/covid/self-care](http://www.kingcounty.gov/covid/self-care) [link numai în engleză]**

January 11, 2021