

# Якщо ви захворіли

**Якщо ви захворіли, дотримуйтеся наступних правил**

**Залишайтеся вдома, окрім випадків, коли вам необхідно піти до лікаря.**

- Носіть маску.
- Дотримуйтеся відстані щонайменше 6 футів (2 метрів) від інших людей.
- Часто мийте руки.
- Прикривайтеся під час кашлю та чхання.
- Щодня обробляйте поверхні, яких часто торкаєтеся.



**У себе вдома перебувайте окремо від інших людей і тварин**

- Якомога довше залишайтеся в окремій кімнаті.
- У себе вдома тримайтеся на відстані від інших людей і тварин.
- За можливості користуйтеся окремою вбиральнею.
- Надівайте маску, якщо вам потрібно перебувати поруч з іншими людьми чи тваринами вдома або поза домом.



# Якщо ви захворіли



## Не діліться особистими предметами домашнього вжитку

Не діліться тарілками, склянками, чашками, столовим приладдям, рушникам або постільною білизною з іншими людьми у вашому домі.



## Стежте за своїми симптомами

До симптомів COVID-19 належать підвищення температури, кашель чи задишка та інше.

Дотримуйтеся інструкцій вашого лікаря та місцевого відділу охорони здоров'я.



## Коли слід звернутися по невідкладну медичну допомогу

**Якщо у когось спостерігається:**

- утруднене дихання;
- постійний біль або стискання в грудях;
- нездатність прокинутись або не спати;
- шкіра, губи або нігтьові пластини блідого, сірого або синього кольору залежно від тону шкіри.



Негайно зверніться по невідкладну медичну допомогу. Позвоните в містню службу спасення. Повідомте оператору про необхідність допомоги людині, яка хвора чи ймовірно хвора на COVID-19.