

**Si ou malad ak COVID-19 oswa ou sispèk ou enfekte ak viris ki lakòz COVID-19, swiv etap-sa-yo ki dekri anba a pou ede anpeche maladi a pwopaje pami moun k'ap viv nan kay-ou ak nan kominote a.**

## Rete lakay-ou sòf si ou dwe resevwa swen

Jere aktivite w leplis posib pou evite depasman inital, sòf si ou dwe resevwa tretman medikal. Pa al travay, pa ale lekòl oswa nan piblik. Evite monte transpòtasyon piblik, pataje transpò (ride-sharing) oswa taksi.

## Lakay pa mele ak moun oswa ak zannimo

**Moun:** Ou ta dwe rete apa, otankeposib, nan yon sal espesifik. Evite lòt moun anndan kay-la. Itilize yon saldeben apa, si posib.

**Zannimo:** Pa okipe bèt domestik (pets) oswa lòt zannimo pandan ou-menm ou malad. Gade seksyon [COVID-19 and Animals](#) pou plis enfòmasyon.

## Rele doktè w alavans pou avize l w ap vini

Si ou gen yon randevou ak doktè ou, rele pwofesyonnel sante ou, epi di-yo ou enfekte oswa ou ka enfekte avèk COVID-19. Klinik-la va konnen ki mezi li dwe pran pou anpeche lòt moun enfekte oswa vin espoze ak viris-la.

## Mete yon mask pou figi (facemask)

Ou ta dwe mete yon mask pou figi lè ou gen moun bòkote ou (egzanp si wap pataje yon sal oswa yon machin) oswa bèt domestik (pets). Si ou pa ka mete yon mask pou figi (egzanp paske ou gen difikilte respire), kidonk moun k'ap viv ak ou pa dwe rete nan menm sal ak ou, oswa yo dwe mete yon mask anvan yo antre nan sal kote ou ye.

## Kouvri lè w ap touse oswa estènye

Kouvri bouch ou ak nen ou avèk yon klinèks lè wap touse oswa estènye. Jete klinèks-la nan poubel; lave men w touswit ak savon epi dlo pou omwen 20 segonn oswa netwaye ak yon dezefektan pou men ki gen alkòl ladann omwens 60% alkòl byen netwaye tout kote men an epi fwote-yo ansanm jiskaske ou santi men an byen seche. Itilize savon ak dlo si men yo vizibleman sal.

## Evite pataje atik menaje ki pèsonnèl

Anndan kay-ou, pa pataje asyèt, vè, tas, kiyè, fouchèt, sévyèt, oswa dra ak lòt moun oswa bèt domestik (pets). Apre ou fin sévi ak atik menaje-sa-yo, byen lave-yo avèk savon epi dlo.



## Lave men ou souvan

Lave men ou souvan ak savon epi dlo pandan omwens 20 segonn. Si savon ak dlo pa disponnib, netwaye men ou ak yon dezefektan pou men a baz alkòl ki gen ladann omwens 60% alkòl, byen kouvri tout kote men an epi fwote-yo ansanm jiskaske yo byen seche. Itilize dlo ak savon si men-yo vizibleman sal. Evite manyen je, nen ak bouch ou ak men ki pa lave.

## Toulejou netwaye tout sifas moun "touche anpil"

Sifas ki touche anpil enkli kontwa, tab, manch pòt, saldeben ak aparèy ki nan saldeben, twalèt, telefòn, klavye, tablet, ak tabdenwi. Epiou, netwaye tout sifas ki gen san, tata, epi likid kòpòrel. Itilize pwodi netwayaj (household cleaning spray) oswa ti sévyèt, selon enstriksyon ki sou etikèt-la. Etikèt-yo gen enstriksyon pou itilize pwodi netwayaj yon fason efikas e an tout sekirite, enstriksyon-yo gen ki prekosyon ou ta dwe pran lè w ap aplike pwodi a, tankou mete gan epi fè sèten gen bon ventilasyon diran itilizasyon pwodi a.

## Jere sentòm ou

Al wè yon doktè san pèdi tan pou chache tretman si maladi a vin pi mal (egzanp, difikilte respire). **Anvan** ou chache tretman, rele pwofesyonnel sante ou, di-yo yo evalue ou oswa yap evalue ou pou konnen si ou gen viris COVID-19. Anvan ou antre nan klinik-la, mete yon mask sou figi w. Sa va ede klinik-la pran mezi pou anpeche moun nan klinik-la oswa nan sal datant enfekte oswa vin espoze a viris-la.

Mande pwofesyonnel sante rele departman sante lokal oswa departman sante Leta. Moun ki anba obsèvasyon yon doktè oswa moun k'ap veye ki sentòm k'ap devlope nan kò-li, ta dwe swiv enstriksyon departman sante lokal oswa pwofesyonnel sante, jan sa apwopriye. Si ou gen pou ale nan departman sante zòn-ou, chache konnen lè departman sante louvri.

Si ou gen yon ijans medikal epi ou bezwen rele 911, notifye operatè a, yo evalue oswa y ap evalue ou pou COVID-19. Si posib, anvan sévis emmèjenssi rive, mete yon mask pou figi.

## Sispann izole nan kay

Pasyan ka-yo konfime epi yo gen COVID-19 e ki anba prekosyon spesyal izole tèt-yo nan kay dwe rete la jiskaske ris transmisyon segondè neglijab. Desizyon sispann izole nan kay dwe evalue ka pa ka, an konsiltasyon ak pwofesyonnel sante epi departman sante lokal.