

10 formas de controlar los síntomas respiratorios en el hogar.

Si tiene fiebre, tos o falta de aire, llame a su proveedor de atención médica. Es posible que le indiquen que se cuide en casa. Siga estos consejos:

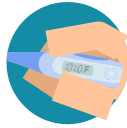
1. Quédese en casa lejos del trabajo, la escuela y lejos de otros lugares públicos. Si debe salir, evite usar cualquier tipo de transporte público, transporte compartido o taxis.



6. Cúbrase al toser y estornudar.



2. Monitoree sus síntomas con cuidado. Si sus síntomas empeoran, llame a su proveedor de atención médica de inmediato.



7. Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón por al menos por 20 segundos. Y, lávese las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga por lo menos 60% de alcohol.



3. Descanse y manténgase hidratado.



8. En la medida de lo posible, quédese en una habitación específica y lejos de otras personas en su hogar. Además, debe usar un baño separado, si hay uno disponible. Si necesita estar cerca de otras personas dentro o fuera de la casa, use una máscara facial.



4. Si tiene una cita médica, llame a su proveedor de atención médica con anticipación y dígame que tiene o que puede tener COVID-19.



9. Evite compartir artículos personales con otras personas en su hogar, como platos, toallas y ropa de cama.



5. Para emergencias médicas, llame al 911 y notifique al personal de despacho que tiene o que puede tener COVID-19.



10. Limpie todas las superficies que se tocan con frecuencia, como mesones, mesas y las perillas de las puertas. Use aerosoles o toallitas de limpieza de acuerdo con las instrucciones en la etiqueta.

