

# ما يجب القيام به أثناء إنتظار نتائج فحص كوفيد 19

## لا داعي للهلع

80% من الأشخاص لن تكون لديهم عوارض خطيرة ويمكنهم أن يتعافوا في المنزل



يمكنك البقاء في السرير



يمكنك مشاهدة التلفاز



لا تستعمل المواصلات العامة



إشرب مياه أو سوائل الكتروللايت



البقاء داخل المنزل

## البقاء في المنزل

- ✓ البقاء في غرفتك
- ✓ البقاء بعيداً عن بقية الأشخاص مسافة 6 أقدام (مترين)
- ✓ تجنب المواصلات العامة



## راقب عوارضك

- ✓ الحرارة
- ✓ السعال
- ✓ ضيق النفس
- ✓ أخبر طبيبك إذا ساء وضعك

## لا تنتشر العدوى

- ✓ إغسل يديك مراراً
- ✓ غطي سعالك وعطسك
- ✓ نظف الأسطح والأغراض يومياً
- ✓ لا تشارك الأغذية والأطباق والأغراض الخاصة بك مع أحد

20 ثانية



## إعلام مقدمي الرعاية

- ✓ عندما تتصل لأخذ موعد
- ✓ قبل الذهاب الى الطبيب
- ✓ في حالة الطوارئ أخبر عامته الهاتف

911



## إنتظر قبل الخروج من العزل المنزلي حتى ..

- ✓ الحصول على النتيجة السلبية وإنهاء الأعراض
- ✓ أو على الأقل 7 أيام من ظهور النتيجة الإيجابية أو على الأقل 3 أيام بعد ظهور العوارض
- ✓ وليس لديك حرارة ولا تستعمل أدوية لتخفيض الحرارة

@epiellie  
@benjaminlinas  
@the\_BMC

