

COUNTY OF VENTURA

THANK YOU FOR GETTING TESTED!

While you are waiting for your results, it is important you continue to take steps to minimize the spread of the COVID-19 virus. If you have any of the following symptoms, please stay home and isolate yourself away from family and friends until you receive your results!

- **Fever or chills**
- **Cough**
- **Shortness of breath or difficulty breathing**
- **Fatigue**
- **Sore throat**
- **Congestion or runny nose**
- **Headache**
- **Muscle or body aches**
- **Nausea, vomiting or diarrhea**
- **New loss of taste or smell**

The County of Ventura has partnered with **Healthvana** to deliver ALL test results. Results will be provided via text message and email if provided. If you do not receive your results within 5 business days, please visit <http://www.healthvana.com/contact>.

10 things you can do to manage your COVID-19 symptoms at home



- 1 Stay home from work and school.** And stay away from other public places. If you must go out, avoid using any kind of public transportation, ridesharing, or taxis.



- 2 Monitor your symptoms carefully.** If your symptoms get worse, call your healthcare provider immediately.



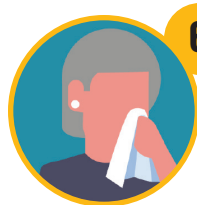
- 3 Get rest and stay hydrated.**



- 4** If you have a medical appointment, **call the healthcare provider** ahead of time and tell them that you have or may have COVID-19.



- 5** For medical emergencies, call 911 and **notify the dispatch personnel** that you have or may have COVID-19.



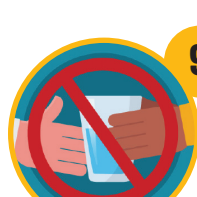
- 6 Cover your cough and sneezes.**



- 7 Wash your hands often** with soap and water for at least 20 seconds or clean your hands with an alcohol-based hand sanitizer that contains at least 60% alcohol.



- 8** As much as possible, **stay** in a specific room and **away from other people** in your home. Also, you should use a separate bathroom, if available. If you need to be around other people in or outside of the home, wear a cloth face covering.



- 9 Avoid sharing personal items with other people in your household**, like dishes, towels, and bedding.



- 10 Clean all surfaces that are touched often**, like counters, tabletops, and doorknobs. Use household cleaning sprays or wipes according to the label instructions.

CONDADO DE VENTURA

¡GRACIAS POR HACERSE LA PRUEBA!

Mientras espera los resultados, es importante que continúe tomando medidas para minimizar el contagio del virus de la COVID-19. Si tiene alguno de estos síntomas, ¡quédese en casa y aíslese de sus familiares y amigos hasta que reciba los resultados!

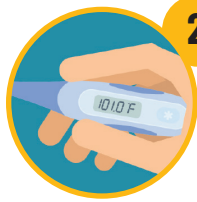
- Fiebre o escalofríos
- Tos
- Falta de aire o dificultad para respirar
- Fatiga
- Dolor de garganta
- Congestión o secreción nasal
- Dolor de cabeza
- Náuseas, vómitos o diarrea
- Dolores musculares o corporales
- Pérdida del gusto o el olfato

El condado de Ventura se ha asociado con **Healthvana** para entregar TODOS los resultados de las pruebas. Los resultados se entregarán por mensaje de texto y correo electrónico (si se proporciona). Si no recibe sus resultados dentro de 5 días hábiles, por favor, visite www.healthvana.com/contact.

10 cosas que puede hacer para tratar sus síntomas de la COVID-19 en casa



- 1 No acuda al trabajo ni a la escuela.** Además, evite frecuentar otros lugares públicos. Si debe salir, evite usar cualquier tipo de transporte público, vehículos compartidos o taxis.



- 2 Vigile sus síntomas con atención.** Si sus síntomas empeoran, llame a su médico de inmediato.



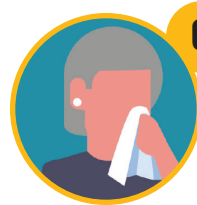
- 3 Descanse y manténgase hidratado.**



- 4** Si tiene cita con su médico, **llame al centro de salud** con antelación y diga que tiene o puede tener COVID-19.



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



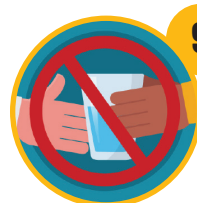
- 6 Cúbrase la boca al toser y estornudar.**



- 7 Lávese las manos a menudo** con agua y jabón durante al menos 20 segundos o límpiese las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga entre el 60 y el 95 % de alcohol.



- 8** En la medida de lo posible, **quédese** en una habitación concreta y **lejos de otras personas** de su casa. Además, debe usar un baño separado, en caso de que haya alguno disponible. Si necesita estar cerca de otras personas dentro o fuera de casa, use una mascarilla de tela.



- 9 Evite compartir artículos personales con otras personas de su casa**, como platos, toallas y ropa de cama.



- 10 Limpie todas las superficies que se tocan con frecuencia**, como mostradores, mesas y picaportes. Use aerosoles o toallitas limpiadoras para el hogar de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta.