

10 THINGS YOU CAN DO TO MANAGE YOUR COVID-19 SYMPTOMS AT HOME | COVID-19 |

If you have possible or confirmed COVID-19

1. **Stay home** except to get medical care.



6. **Cover your cough and sneezes** with a tissue or use the inside of your elbow.



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



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.



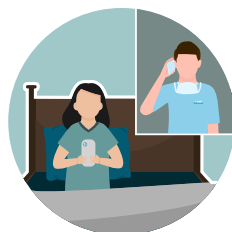
3. **Get rest and stay hydrated.**



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 mask.



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.



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



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



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



cdc.gov/coronavirus

Stay informed about COVID-19 in the County of Ventura at vcrecovers.org



COUNTY of VENTURA



@countyofventura



@countyventura



@countyofventura



@countyofventura

Published August 2022

10 COSAS QUE PUEDE HACER PARA TRATAR LOS SÍNTOMAS DEL COVID-19 EN CASA | COVID-19 |

Si le han confirmado COVID-19 o sospecha tenerlo

1. **Quédese en casa** excepto para recibir atención médica.



6. **Al toser o estornudar, cúbrase la nariz y la boca** con un pañuelo desechable o con la parte interior del codo.



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



7. **Lávese las manos frecuentemente** con agua y jabón por al menos 20 segundos o use un desinfectante de manos que contenga al menos 60 % de alcohol.



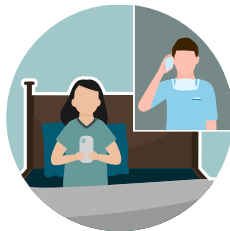
3. **Descanse y manténgase hidratado.**



8. Dentro de lo posible, **quédese** en una habitación específica y **alejado de las demás personas** de su casa. Además, si es posible, use un baño separado. Si debe estar en contacto con otras personas dentro o fuera de su casa, use una mascarilla.



4. Si tiene una cita médica, **llame al proveedor de atención médica** antes de ir, e infórmele que tiene o podría tener COVID-19.



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



5. Si tiene una emergencia médica, llame al 911; **infórmele al operador** que tiene o podría tener COVID-19.



10. **Limpie todas las superficies** que se tocan con frecuencia, como los mesones, las mesas y las manijas de las puertas. Utilice limpiadores o toallitas de uso doméstico, según las instrucciones de la etiqueta.



cdc.gov/coronavirus

Manténganse informados acerca del COVID-19 en el Condado de Ventura en serecuperavc.org



COUNTY of VENTURA



@condadodeventuraespanol



@countyventura



@countyofventura



@countyofventura

Published Agosto 2022