

Nou sispèk ou gen yon sendwòm viral ki ka bay sentòm tankou lafyè, frison, doulè miskilè, nen kap koule, tous, estènnye, malgòj, vomisman oswa dyare. Youn nan viris potansyèl ou ka petèt genyen an se viris ki lakòz COVID-19, ke yo rele tou novel coronavirus. Gen chans petèt ke w ka genyen yon enfeksyon viral ki diferan tankou rim abityèl moun konn trape. Anjeneral sa ki ka ede w refè lè sa a se repo, rete idrate epi kouche w dòmi. Eta sante w bon ase ki fè ou ka ale lakay ou epi trete sentòm ou yo avèk likid ak medikaman ki konbat lafyè, tous ak lòt sentòm lagrip.

Pou lemoman, nap tann rezilta tès COVID-19 ou yo toujou, epi dèke nou gen rezilta tès ou a, nap fè w konnen.

Lè w retounen lakay ou, tanpri suiv prekosyon nou bay pi ba a:

### **KIMOUN** (moun ak bèt pou pran an konsiderasyon)

- Selon enstriksyon Depatman Sante (Department of Health, DOH) pase, ou **FÈT** pou izole tèt ou kounyeya la a.
- Fòk ou fè atansyon sitou si anndan lakay ou gen granmoun aje oswa moun ki gen pwoblèm medikal grav paske moun ki nan kategori sa yo ka vin gen plis sentòm grav poutèt enfeksyon sa a.
- Piga okipe okenn bèt oswa lòt zannimo etan w malad.

### **KILÈ** (pou sispann izole tèt ou)

- Ou ka sispann izole tèt ou lè TOULÈ 3 bagay suivan yo fin pase:
  1. Ou pat gen lafyè (tanperati ki mwens pase (<) 100.0° Farenayt oswa mwens pase (<) 38.0° Sèlsiyis) san rete pandan omwen 72 èdtan san w pat pran medikaman pou bese lafyè la (kòm parezanp aspirin, asetaminofèn), EPI
  2. Sentòm respiratwa ou te genyen yo diminye; EPI
  3. Gen omwen 10 jou ki gentan pase depi maladi w la te kòmanse.
- Si rezilta tès ou a negatif, ki vle di ou pa gen COVID-19, nap fè w konnen kisa pou fè annapre.
- Si tès ou **POZITIF**, wap oblije suiv enstriksyon suivan yo jiskaske pwofesyonèl swen sante w di w sispann.

### **KIBÒ** (direktiv pou kenbe distans sekirite w)

- Ou **FÈT** pou rete lakay ou, sòf lè w gen pou ale pran swen medikal.

## Enstriksyon pou Egzeyat

### Pou Moun Yo Sispèk ki Gen COVID-19 Kap Tann Rezilta Tès Prelèvman an

- Ou fèt pou w limite aktivite w fè andeyò lakay ou, sòf lè w gen pou ale pran swen medikal. Piga ale travay, lekòl oswa nan milye piblik yo. Evite pran transpò piblik, piga pataje kous machin oswa piga pran taksi.
- Ou dwe rete nan yon chanm apa pou pa rete bò kote lòt moun ki anndan lakay ou, leplis ke posib. Itilize yon twalèt apa, si posib.
- Jan Sant pou Kontwòl ak Prevansyon Maladi (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) rekòmande l la, ou fèt pou rete lakay ou epi minimize kontak ak zòt pou pa pwopaje enfeksyon sa a.

#### **KISA** (pran objè/sifas yo an konsiderasyon)

- Evite pataje efè pèsònèl anndan kay. Piga pataje asyèt, vè pou bwè, goblè, ajantri, sèvyèt, oswa dra ak lòt bagay pou mete sou kabann ak lòt moun oswa ak bèt anndan lakay ou. Lè w fin itilize atik sa yo, lave yo byen lave ak dlo e ak savon.
- Netwaye tout sifas moun "manyen anpil" toulejou. Pami sifas yo manyen anpil yo genyen kontwa, nap yo met sou tab, manch pòt, akseswa nan twalèt, watè, telefòn, klavye, tablèt ak tab-de-nui. Epiou, netwaye tout sifas ki ka gen san, pou pou oswa likid kòporèl sou yo.
- Itilize yon espre pou netwaye oswa yon ti sèvyèt mouye (wipe) pou netwaye sifas yo manyen anpil yo; suiv enstriksyon ki make sou etikèt la.

#### **KIJAN** (direktiv pou lave men ak kijan pou jere jèm)

- Netwaye men w souvan. Itilize dlo ak savon pou lave men w pandan omwen 20 segond. Si w pagen dlo ni savon, itilize yon dezenfektan abaz alkòl ki gen omwen 60% alkòl ladann pou netwaye men w, lave tout sifas men w nèt epi fwote toulede men w yo ansanm jouk yo seche. Li miyò pou lave men w ak dlo e ak savon si l vizib ke men w sal.
- Evite manyen je w, nen w, ak bouch ou si men w pa lave.
- Lè wap touse oswa estènye, kouvri bouch ou ak nen w ak yon klinèks.
- Jete klinèks ou fin itilize yo nan yon bwat fatra ki gen yon sache poubèl ladann. Tousuit apre, lave men w ak dlo e ak savon oswa ak yon dezenfektan pou men.

#### **KILÈ** (direktiv pou al pran swen medikal)

- Si w kòmanse santi wap vin pi mal (si konjesyon an, tous la, doule pwatrin oswa lafyèv la ogmante), rele doktè w.
- Nou ka pwograme laplipa vizit suivi ak doktè nou yo sou videyo oswa nan telefòn.

- Pou vizit sou videyo, ou FÈT pou gen yon kont MyChart; tanpri ale nan <https://mychart.mountsinai.org/mychart/accesscheck.asp> pou anrejistre w pou yon kont.
- Si w gen difikilte pou w respire, ale pran tretman medikal dijans.
- Si posib, rele davans epi fè travayè swen sante yo konnen ke gen posibilite ke w te ka ekspoze ak COVID-19.
- Etan wap antre nan sant sante a, mande yo ba w yon mask.
- Etap sa yo va ede biwo pwofesyonèl swen sante a anpeche lòt moun rete nan biwo a oswa nan sal datant la pou yo pa enfekte oswa pou yo pa ekspoze ak maladi a.
- Si posib, mete yon mask sou figi w anvan yo vin ba w sèvis medikal dijans.

#### Kisa pou m di moun pwòch mwen yo?

- Manm ki lakay ou, patnè entim ou, moun kap ba w swen yo, ak nenpòt lòt moun ki gen kontak pwòch avè w, fèt pou siveye sante yo pou wè si yo pagen sentòm maladi respiratwa. Si ou teste pozitif, fanmi ak pwòch ou yo gen anpil chans yo pral bezwen yon peryòd karantèn 10 ou (apre dènye dat yo konnen yo te an kontak ak ou an). Tanpri kontakte depatman sante lokal ou a pou jwenn plis enfòmasyon espesifik konsènan kijan pou mete w an karantèn.

#### Repete Tès PCR Covid-19 la:

- Si tès prelevman nazal Covid-19 ou a pozitif, pou pa bezwen repete tès la si sentòm ou yo amelyore. Moun yo dyagnostike ak Covid-19 yo ka kontinye teste pozitif ak tès PCR a pou 90 jou menm si yo pa kontajye ankò.

#### Fè tès san w pou antikò COVID-19 epi fè don plasma pou ede lòt moun:

Si tès COVID-19 ou a retounen pozitif, ou gen opòtinite pou w teste san w pou antikò COVID-19 pou wè si ou kalifye pou don plasma, tanpri ale sou [www.mountsinai.org/SinaiPlasmaDonation](http://www.mountsinai.org/SinaiPlasmaDonation) pou konplete kesyonè pou depistaj preliminè a.

Ou dwe gen ant laj 18 ak 65 lane epi fòk gen omwen 21 jou ki pase depi sentòm ou yo te kòmanse epi fòk gen 14 jou oswa plis ki pase apre w refè konplètman san w pa gen okenn sentòm ki rete.

Pou plis kesyon, tanpri voye yon imèl bannou nan [SinaiPlasmaDonation@mountsinai.org](mailto:SinaiPlasmaDonation@mountsinai.org) oswa rele nou nan 212-241-3424.

## Enstriksyon pou Egzeyat Pou Moun Yo Sispèk ki Gen COVID-19 Kap Tann Rezilta Tès Prelèvman an

---

Pou plis kesyon oswa pou demann pou ransèyman, tanpri rele liy asistans nou an nan 646-605-5959 oswa tekste 4-74624. Gen anplwaye ki disponib an dirèk, 7 jou sou 7, ant 9:00am ak 5:00pm.

**Si w gen yon ijans medikal, rele 911 epi fè yo konnen ou gen COVID-19. Si posib, mete yon mask sou figi w anvan sèvis medikal dijans la vini.**

Pou ka gen plis enfòmasyon, tanpri gade resous ki anba yo:

**Depatman Sante nan New York (New York Department of Health, DOH)**

<https://www.health.ny.gov/diseases/communicable/coronavirus/>

### ***Nimewo Telefòn Biwo Lokal DOH***

- Konte Nassau: 516 227-9500
- Vil New York: 347 396-4131
- Konte Rockland: 845 364-2512
- Konte Suffolk: 631 854-0100
- Konte Westchester: 914 864-7292

**Sant pou Kontwòl Maladi (Centers for Disease Control)**

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html>