

# Karik ita iha sintoma COVID-19, favor atensaun ba matadalan 10 tuir mai



## \* Maio sintoma COVID-19

Isin manas (37.5°C/99.5°F ka aas liu), me'ar, dada iis susar, bedoko, isin moras, kakorok iritadu, la sente sabor no iss, no pneumonia

- 1 La bele ba eskola ka servisu no evita sai ba liur; hela iha uma no deskansa
  - 2 Bainhira halo tratamentu médiku, notifika ba médiku sira katak ita hatudu hela sintomas klinikal COVID-19
  - 3 Monitoriza karik sintoma klinikal nafatin iha ka sai pior liu tan
  - 4 Karik isin manas nafatin ka sintoma sai pior halo tuir buat sira tuir mai ne'e:
    - ① Liga ba sentru atendeimentu iha (1333, kódigu area lokál+120) ka liga ba ita nia médiku lokál hodi husu ajuda
    - ② Vizita klínika triajen no hetan lalais médiku hodi atende no tau matan ba ita
- \*Bainhira uza ambulánsia hodi liga 119, notifika ba operador katak ita hatudu hela sintoma klinikal COVID-19
- 5 Uza veíkulu privada no uza máskara bainhira vizita ba facilidade saúde
  - 6 Fase liman bebeik ho sabaun ho durasaun maisoumenus 30 segundu ho bee ne'ebá suli hela
  - 7 Taka ka proteje ita niaibun ho ita nia faru-liman ka tisu bainhira me'ar ka fani
  - 8 Izola ita nia hela fatin. Sempre mantén distánsia metru 2 husi família ka kolega kuartu ne'ebé ita hela hamutuk
  - 9 La bele partilla ita nia sasan pesoal ho ema seluk. Uza mesak ka separadu toalla, bikan, kanuru no kopu, no telemóvel
  - 10 Clean and disinfect frequently touched surfaces daily.

"Hamutuk, ita hamrik metin hodi kombate hasoru COVID-19"