

Instruksione për COVID-19 Udhëzues për Pacientët që NUK Referohen për Testim

NËSE NUK JENI DËRGUAR PËR TESTIM:

Bazuar në simptomat tuaja, ne nuk e ndjejmë të nevojshme që t'ju referojmë për testim për coronavirus/COVID19. Megjithatë ju mund të jeni në rrezik për COVID-19. Testimi për COVID-19 nuk kryhet në shumicën e njerzve me simptoma të lehta të cilët janë nxjerrë nga departamenti i emergjencës ose klinika. Ja tek janë disa këshilla për të ndihmuar.

- **Qëndroni në shtëpi përveçse kur merrni kujdes shëndetsor.** Duhet të kufizoni aktivitetet jashtë shtëpise tuaj, përveçse kur merrni kujdes shëndetsor. Mos shkoni në punë, shkollë apo zona publike. Evitoni përdorimin e transportit publik, ndarjen e taksive me të tjerë.
- **Ndahuni nga njerëzit e tjerë dhe kafshët në shtëpinë tuaj. Sa të keni mundësi duhet të qëndroni në një dhomë të caktuar dhe larg nga njerëzit e tjerë të shtëpise. Gjithashtu, duhet të përdorni një banjo të ndarë, nëse e keni mundësinë. Duhet të evitoni vizitorët. Duhet të kufizoni kontaktin me kafshët shtëpiake si dhe kafshë të tjera ndërsa jeni i/e semurë me COVID-19, sikurse do të bënit rreth njerzve të tjerë.**
- **Merrni në telefon përpara se të vini në vizitë te doktori.** Nëse keni një takim doktori, merrni në telefon dhe lajmërojini që ju keni ose mund të keni COVID-19.
- **Vendosni një maskë fytyre.** Duhet të vendosni një maskë fytyre kur jeni rreth njerzve të tjerë
- **Mbuloni kollën dhe teshtitjet tuaja.** Mbuloni gojën/hundën me kart pecetë kur kolliteni ose teshtiteni.
- **Pastroni duart shpesh.** Lani duart shpesh me sapun dhe ujë për të paktën 20 sekonda, ose pastroni duart me solucion me bazë alkooli që përmban 60 deri 95% alkool, mbuloni të gjithë sipërfaqen e duarve dhe fërkojini së bashku deri sa të ndihen të thata. Evitoni prekjen e syve, hundës, dhe gojës me duar të palara. Anëtarët e familjes tuaj, gjithashtu duhet të lajnë duart shpesh.
- **Evitoni ndarjen e sendeve personale shtëpiake.** Ju nuk duhet të ndani enët, gotat që pini, filxhanë, paisjet për të ngrënë, peshqirë ose shtresat e shtratit me njerëzit e tjerë ose kafshët shtëpiake në shtëpinë tuaj. Pas përdorimit të këtyre sendeve, ato duhet të lahen plotësisht me sapun dhe ujë.
- **Pastroni të gjitha sipërfaqet e "prekjeve të shpeshta" çdo ditë.** Sipërfaqet e prekjeve të shpeshta përfshijnë sportelet, tavolinat, dorezat e dyerve, rubinetat e banjove, tualetet, telefonat, tastierat, tabletat dhe komodinat. Përdorni solucion pastrimi shtëpiak, me spruco, ose fshijeni sipas udhëzimeve të etiketës.

Resources to Reference: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html

COVID-19 Instructions- Guidance for Patients NOT Referred for Testing

- **Monitoroni simptomat tuaja.** Kërkoni vëmendje të përnjërshme mjeksore nëse sëmundja juaj po përkeqësohet (p.sh., vështirësi në frymëmarrje). **Përpara** se të kërkoni kujdes, **telefononi** ofruesin tuaj të kujdesit shëndetsor dhe tregojuni atyre që keni, ose po vlerësoheni për COVID-19. Vendosni një maskë fytyre para se të hyni në objekt. Nëse keni një urgjencë mjeksore dhe keni nevojë të telefononi 911, njoftoni personelin e dërgimit që keni ose po vlerësoheni për COVID-19. Nëse është e mundur, vendosni një maskë fytyre përpara se të vijnë shërbimet e urgjencës mjeksore.
- **Për njerëzit e tjerë në shtëpinë tuaj.** Ata duhet të veshin një maskë fytyre, dhe doreza me një përdorim kur prekin ose kanë kontakt me gjakun, fecen ose lëngjet e trupit tuaj, të tilla si pështyma, sputum, sekrecionet e hundës, të vjellat ose urinën. Hidhni maskat e fytyrës dhe dorezat me një përdorim pasi t'i përdorni. Mos I ripërdorni. Kur hiqni paisjet mbrojtëse personale, së pari hiqni dhe hidhni dorezat. Pastaj, pastroni menjëherë duart tuaja me sapun dhe ujë, ose me solucion sanitizues me bazë alkooli. Pastaj, hiqni dhe hidhni maskën e fytyrës tuaj, dhe menjëherë pastroni duart përsëri me sapun dhe ujë, ose solucion sanitizues për duart me bazë alkooli.

Resources to Reference: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html