

Instrucciones para el autoaislamiento en el hogar del paciente

Personas con COVID-19 confirmado o sospechado (incluidas personas menores de investigación) que no necesitan ser hospitalizados

y

Personas con COVID-19 confirmado que fueron hospitalizadas y se determinó que estaban médicamente estable para irse a casa

Su proveedor de atención médica y el personal de salud pública evaluarán si puede recibir atención para en casa. Si se determina que no necesita ser hospitalizado y puede ser aislado en casa, el personal de su departamento de salud local o estatal lo controlará. Tú debe seguir los pasos de prevención a continuación hasta que un proveedor de atención médica o local o estatal El departamento de salud dice que puede volver a sus actividades normales.

Quédese en casa excepto para recibir atención médica

Las personas que están levemente enfermas con COVID-19 pueden aislarse en casa durante su enfermedad.

Debe restringir las actividades fuera de su hogar, excepto para recibir atención médica. No ir al trabajo, la escuela o áreas públicas. Evite el uso del transporte público, viajes compartidos o Taxis.

Separarse de otras personas y animales en su hogar.

Personas: En la medida de lo posible, debe permanecer en una habitación específica y lejos de otras personas en tu casa. Además, debe usar un baño separado, si está disponible.

Animales: debe restringir el contacto con mascotas y otros animales mientras esté enfermo COVID-19, al igual que lo haría con otras personas. Aunque no ha habido informes de mascotas u otros animales que se enferman con COVID-19, todavía se recomienda que las personas enfermas con COVID-19 limiten el contacto con los animales hasta que se obtenga más información conocido sobre el virus. Cuando sea posible, haga que otro miembro de su hogar cuide sus animales mientras está enfermo. Si está enfermo de COVID-19, evite el contacto con su mascota, incluyendo caricias, acurrucarse, ser besado o lamido y compartir comida. Si debes cuidar a su mascota o estar cerca de animales mientras está enfermo, lávese las manos antes y después de interactuar con las mascotas y usar una mascarilla. Consulte COVID-19 y animales para obtener más información.

Llame con anticipación antes de visitar a su médico

Si tiene una cita médica, llame al proveedor de atención médica y dígame que tiene o puede tener COVID-19. Esto ayudará al consultorio del proveedor de atención médica a tomar medidas para evitar que otras personas se infecten o se expongan.

Use una mascarilla

Debe usar una mascarilla cuando esté cerca de otras personas (por ejemplo, compartiendo una habitación o vehículo) o mascotas y antes de ingresar al consultorio de un proveedor de atención médica. Si no puede usar una mascarilla (por ejemplo, porque causa problemas para respirar), luego las personas que viven con usted no deben permanecer en la misma habitación que usted, o deben usar una mascarilla si entran a tu habitación.

Cubra su tos, cubra su estornudo si no transmite enfermedades

Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude. Tira pañuelos usados en un bote de basura forrado. Lávese las manos inmediatamente con agua y jabón durante al menos 20 segundos o, si no dispone de agua y jabón, lávese las manos con un desinfectante para manos que contenga al menos un 60% de alcohol.

Lávate las manos con frecuencia

Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de sonarse la nariz, toser o estornudar; yendo al baño; y antes de comer o preparando comida. Si no dispone de agua y jabón, utilice una mano a base de alcohol desinfectante con al menos 60% de alcohol, cubriendo todas las superficies de sus manos y frotándolas juntos hasta que se sientan secos. El agua y el jabón son la mejor opción si las manos están visiblemente sucias. Evite tocarse los ojos, nariz y boca con las manos sin lavar.

Evite compartir artículos domésticos personales

No debe compartir platos, vasos, tazas, cubiertos, toallas o ropa de cama con otras personas o mascotas en su hogar. Después de usar estos artículos, deben lavarse a fondo con agua y jabón.

Limpiar todas las superficies de "alto contacto" todos los días

Las superficies de alto contacto incluyen encimeras, mesas, pomos de puertas, accesorios de baño, inodoros, teléfonos, teclados, tabletas y mesitas de noche. Además, limpie cualquier superficie que pueda tener sangre, heces o fluidos corporales en ellos. Use un aerosol o una toallita de limpieza doméstica, según a las instrucciones de la etiqueta. Las etiquetas contienen instrucciones para el uso seguro y eficaz del producto de limpieza, incluidas las precauciones que debe tomar al aplicar el producto, como como usar guantes y asegurarse de tener una buena ventilación durante el uso del producto.

Controle sus síntomas

Busque atención médica inmediata si su enfermedad empeora (p. Ej., Dificultad respiración). **Antes** de buscar atención, llame a su proveedor de atención médica y **dígale que tiene o está siendo evaluado por COVID-19. Póngase una mascarilla antes de entrar al instalaciones.** Estos pasos ayudarán al consultorio del proveedor de atención médica a mantener a otras personas en el la oficina o la sala de espera para que no se infecte o se exponga. Pídale a su proveedor de atención médica que llame al departamento de salud local o estatal. Personas que están bajo vigilancia activa o el autocontrol facilitado deben seguir las instrucciones proporcionadas por su salud local departamento o profesionales de la salud ocupacional, según corresponda. Al trabajar con su el departamento de salud local verifique sus horarios disponibles.

Si tiene una emergencia médica y necesita llamar al 911, notifique al personal de despacho que tiene o está siendo evaluado para COVID-19. Si es posible, póngase una mascarilla antes de que lleguen los servicios médicos de emergencia.