

# 在家里应对呼吸道疾病症状的 10 种方法

如果您有发烧、咳嗽或呼吸急促的症状，请给医生打电话。他们可能告诉您在家里自行应对这些症状。请遵照以下提示：

1. 请**留在家中**，直到：

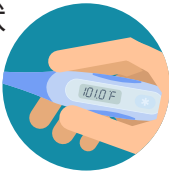
- 已经有症状至少 10 天，并且
- 您在没有吃药的情况下不发烧已经 3 天，并且
- 您的症状已经改善。



6. 您咳嗽或打喷嚏时，用纸巾**挡住嘴**然后扔掉纸巾。



2. 请**谨慎地监控您的症状**。如果症状恶化，请立即给医生打电话。



7. 用肥皂和水**勤洗手**，每次至少 20 秒。



3. **多休息、多喝水**。



8. 尽量**远离其他人**，单独呆在一个间并使用单独的卫生间。在他人附近时，戴上**口罩**。



4. 在您去**医生办公室之前**，请先打电话并告诉他们您可能**有新型冠状病毒 (COVID-19)**。



9. **避免共用家庭用品**，也不要一起吃饭。



5. **紧急情况**，请拨打 911。告诉他们您可能**有冠状病毒 (COVID-19)**。



10. **每天都要擦洗**您每天碰过的**物表面**。



拨打 211 或访问 [211info.org](http://211info.org) 查找其他资源。

如需了解最新消息，请访问网站：[MULTCO.US/COVID19](http://MULTCO.US/COVID19)