

10 способов лечения симптомов респираторных заболеваний в домашних условиях

Если у вас повышенная температура, кашель или затрудненное дыхание, обратитесь к своему лечащему врачу. Врач посоветует вам способы лечения в домашних условиях. Выполняйте следующие рекомендации:

1. Не выходите из дома, пока:

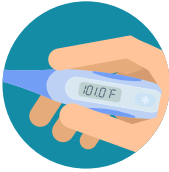
- С момента возникновения симптомов не пройдет минимум 10 дней **И**
- Температура не будет повышаться в течение 3-х дней без приема жаропонижающих средств **А ТАКЖЕ**
- Не улучшится симптоматика.



- 6.** При кашле или чихании **прикрывайте рот** салфеткой, а затем выбросьте ее.



- 2. Тщательно наблюдайте за состоянием симптомов.** В случае ухудшения симптомов незамедлительно обратитесь к своему лечащему врачу.



- 7.** Чаще **мойте руки** водой с мылом в течение не менее 20 секунд.



3. Отдыхайте и пейте больше жидкости.



- 8.** По возможности ограничьте **социальные контакты с другими людьми**, находитесь в отдельной комнате и пользуйтесь отдельной ванной комнатой. При контакте с другими людьми надевайте маску.



- 4. Перед посещением врача** позвоните ему и предупредите, что вы заражены или можете быть заражены вирусом COVID-19.



- 9. Не используйте совместно никакие предметы домашнего обихода**, включая продукты питания.



- 5. Для получения экстренной помощи** позвоните по телефону 911. Сообщите специалистам службы, что вы заражены или можете быть заражены вирусом COVID-19.



- 10. Необходимо ежедневно очищать** поверхности, к которым вы часто прикасаетесь.



Дополнительные сведения можно получить по телефону 211 или на сайте 211info.org

ЧТОБЫ БЫТЬ В КУРСЕ ПОСЛЕДНИХ НОВОСТЕЙ, ПОСЕТИТЕ [MULTCO.US/COVID19](https://multco.us/covid19)