

Gid pouf e karanten anndan kay pou moun ki gen kontak pre ak maladi Kowonavirus 2019 (COVID-19)

Gid sa se pou moun ki te an kontak pre avèk yon moun ki gen Maladi Kowonaviris 2019. Si ou se yon travayè swen sante oswa premye sekouris, tanpri al gade konsèy nan men anplwayè ou.

Poukisa yo mande m pou mwen mete tèt mwen an karantèn?

Ou te an kontak pre avèk yon moun ki gen Maladi Kowonavirus 2019 (COVID-19) e menmsi ou santi ou byen kounye a, li posib ke ou enfekte tou. Li ka pran ant 2 a 14 jou yo pou sentòm komanse parèt, nou paka konnen siw enfekte ou pa jiskaske nou kite 14 jou pase. Yo mande pouw mete tèt ou nan karantèn nan ka ke ou enfekte, konsa ou pa pase enfeksyon an ba nenpòt lòt moun. Li ka posib kew pa enfekte, men li twò bonè poun ta diw sa.

Konbyen tan mwen bezwen poum pase nan mete tèt mwen an karantèn?

Dènye jou ou nan karantèn se 14 jou konte depi lè ou te dènye an kontak ak moun ki gen COVID-19. Si ou kontinye ap viv avèk / oswa pran swen moun ki gen COVID-19, men gid pou karantèn lan:

- Karantèn ou a ap fini 14 jou aprè ou te kòmanse rete lakay ou ap swiv Enstriksyon de Izolman nan Kay.
- Si gen kontak pre avèk yon moun ki gen COVID-19 (nan yon distans 6 pye omwens pou plis pase 10 minit oswa te gen kontak ak likid kò moun nan / oswa sekresyon (tankou yo te touse / estènye, oswa yo te pataje atik kay oswa krache, oswa ou te bay swen san ou pat mete ekipman pwoteksyon) peryòd karantèn 14 jou a ap gen pou rekòmanse.
- Si ou pat kapab evite kontak pwòch, ou ta dwe rete nan karantèn pandan 14 jou aprè yo ta di moun ki gen COVID-19 la ke li "otorize" poul sispann pwòp izolman an. Sa ap vin pou omwen 21 jou.
- Si ou pa gen sentòm, pa gen okenn nesosite pou fè tès la. Men si ou te teste, ou toujou bezwen rete nan karantèn pandan tout 14 jou yo menm si rezilta tès ou an negatif.

Ki restriksyon yo ye?

Ou dwe fè restriksyon de aktivite epi limite tout mouvman ki ka mete ou an kontak avèk lòt moun pandan peryòd karantèn lan.

1. Rete lakay ou. Pa ale nan travay, lekòl, oswa zòn piblik.
2. Pa pèmèt vizitè epi limite kantite moun ki lakay ou. Separe tèt ou de lòt moun nan kay la (sof si yo nan karantèn tou).
3. Rete nan yon chanm espesifik epi rete lwen lòt moun ki nan lakay la.
 - Li trè enpòtan pouw rete lwen moun ki nan pi gwo risk pou maladi grav. Sa gen ladan moun ki gen laj 65 ane ak plis, fanm ansent, oswa moun ki gen yon pwoblèm sante tankou yon maladi kwonik oswa yon sistèm iminite fèb.
 - Sèvi ak yon twalèt separe, si sa disponib. Si ou dwe pataje yon twalèt, raple tout moun yo pou yo fèmen kouvèti a anvan yo flòch li. Netwaye twalèt la aprè chak fwa li itilize.
 - Rete omwen 6 pye lwen lòt moun. Lè sa a pa posib, mete yon mask figi.
 - Pa manyen bèt kay oswa lòt bèt.
 - Pa prepare ni sèvi manje pou lòt moun.

Èske mwen ka kite kay mwen pandan mwen nan karantèn?

- Ou pa ka kite kay ou nan karantèn oswa antre nan yon lòt kote piblik oswa prive eksepte pou jwenn swen medikal ki nesèsè yo.
- Si ou pa gen yon moun pou ede ou, ou ka fè aranjman pou yo pote manje ak lòt nesosite yo devan pòt kay ou. Si ou bezwen èd pou jwenn manje oswa lòt nesosite rele 2-1-1 oswa Kris / Mari nan departman sante lokal Ledge Light Health District nan nimewo sa 860.448.4882.

E si mwen bezwen chèche swen medikal?

- Rele 9-1-1 si ou gen yon ijans medikal. Pou lòt pwoblèm medikal, si sa posib, rele doktèw anvan pou jwenn konsèy nan telefòn oswa telemedsin, epi di yo ke ou se yon moun ki te gen kontak pre ak yon moun ki gen COVID-19.

Gid pouf e karanten anndan kay pou moun kit e gen kontak pre ak malad Kowomavirus 2019 (COVID-19)

- Si ou ale deyò pou swen medikal epi ou gen nouvo sentòm oubyen siy COVID-19, ou ta dwe mete yon mask chirijikal. Si ou pa gen youn, mete yon kouvèti twal pou figiw. Tibebe ak timoun ki poko gen 2 zan pa dwe kouvri figi yo ak mask. Timoun ki gen laj ant 2 ak 8 ane ta dwe itilize yo, men anba sipèvizyon granmoun pou asire ke timoun nan ka respire san danje epi evite pou yo pa toufe oswa asfiksi. Timoun ki gen pwoblèm pou respire pa dwe mete yon mask pou kouvri figi yo. Gade Gid pou revètman twal pou kouvri figi pou plis enfòmasyon.
- Itilize yon machin prive si sa posib. Si ou pa ka kondwi tèt ou, asirew ke ou kenbe distans otan ke posib ant ou menm ak chofè a epi kite fenèt yo desann. Ou pa dwe itilize transpò piblik.

Èske Sante Piblik ap fè travay mwen oswa lekòl mwen konnen sa?

Sante Piblik pa pral fè konnen oswa lage nenpòt enfòmasyon pèsonel sou ou nan travay ou oswa lekòl, sof si li nesèsè pou fè sa pou ka pwoteje sante ou oswa sante lòt moun.

Kijan mwen ta dwe kontwole sante mwen pandan peryòd sa a?

Siveye sante ou pou siy ak sentòm COVID-19:

- Lafyèv (pran tanperati ou an menm lè a chak jou)
- Tous.
- Souf kout oswa pwoblèm pouw respire.
- Gade lòt sentòm ki konn parèt bonè yo, tankou pèdi kapasite pouw pran sant, gou, frison, doulè nan kò, gòj fè mal, tèt fè mal, dyare, anvi vomi / vomisman, ak nen kap koule dlo.

E si mwen devlope sentòm yo?

Si ou devlope nenpòt nan siy oswa sentòm yo ki anlè a, ou ka gen COVID-19. Pifò moun ki gen COVID-19 ap gen maladi modere, epi yo ka vin miyò ak bon swen nan kay san yo pa bezwen wè yon doktè. Sepandan, si ou gen 65 an oswa plis, ansent, oswa ou gen yon pwoblèm sante tankou yon maladi kwonik oswa sistèm iminitew fèb, ou ta dwe fè doktè ou konnen sou sentòm ou yo. Ou ka gen pi gwo risk pou devlope maladi ki pi grav, ou ta dwe kontwole sentòm ou byen epi chèche swen medikal bonè si yo vin pi mal.

Ou pa bezwen fè tès la jis pou konfime enfeksyon an. Izolman ka fini nan kondisyon sa yo: Omwen 3 jou (72 èdtan) te pase depi rekipasyon, sa vle di rezolisyon lafyèv sanw pat itilize medikaman pou sa ak amelyorasyon nan sentòm respiratwa (exanp: tous, souf kout); epi omwen 7 jou depi sentòm yo te parèt pou premye fwa. Rele doktè ou si ou gen enkyetid oswa kesyon pou si li nesèsè pou fè tès la. Ou ta dwe kontinye izole tèt ou epi swiv enstriksyon konsèy swen nan kay pou moun ki gen sentòm respiratwa. Si sentòm yo vin pi mal oswa yo kontinye epi ou bezwen chèche swen medikal, rele doktè ou alavans, oswa rele 9-1-1 nan yon ka ijans, epi fè yo konnen ou te gen kontak pre avèk yon moun ki konfime pou COVID-19.

Kisa mwen ta dwe fè si mwen gen lòt kesyon?

Vizite sit entènèt nou an www.llhd.org pou plis enfòmasyon ak konsèy. Tanpri rele doktè ou pou nenpòt kesyon ki gen rapò ak sante ou. Si ou bezwen èd pou jwenn yon doktè, rele 2-1-1, Yale-New Haven liy dirèk 203.688.1700 oswa Hartford Healthcare liy dirèk 800.972.8100.