

ABS LLEIA RURAL SUD CORONAVIRUS: INFORMACIÓ A LA POBLACIÓ

QUE HE DE FER SI:

TINC SÍMPTOMES



Tinc febre, tos seca, cansament, dolor generalitzat...



Queda't a casa i pren antitèrmics.

Truca al Consultori o al CAP. No vagis a la consulta ni a Urgències directament.



Tinc febre, tos seca, em trobo molt malament i **tinc molt**

ofec



Truca al 061

HE ESTAT EN CONTACTE



Tinc un familiar o contacte que està malalt amb diagnòstic confirmat o no



Queda't a casa, procura no restar a la mateixa habitació i desinfecteu les superfícies de contacte (1 part per 50 d'aigua). Separa la roba del pacient i renteu vaixela a 60º.

I LLAVORS, COM PUC SABER SI TINC EL CORONAVIRUS?

Truca al CAP ells t'informaran i faran el seguiment. Pensa que si ets positiu pots ser una important font de contagi i que passi a altres depèn només de la teva actuació. Vigila i siguis solidari. Mesures d'aïllament màxim.

QUE PUC FER PER EVITAR CONTAGIAR-ME?

- Surt el menys possible i sobre tot a centres tancats amb molta gent. Has d'extremar aquestes mesures si ets població de risc (major de 65 anys, malalties cròniques, tractament amb immunosupressors..) o estàs convivint amb ells.
- Porta mascareta i fes servir la distància de seguretat entre 1 i 2 metres.
- Esternudant o tossin sobre el colze i no tapar-se amb la mà.
- Evita tocar-te la boca i els ulls. Fes servir mocadors d'un sol ús.
- Sobre tot vigila la higiene de les mans / renta-les moltes vegades al dia amb una tècnica adequada.

Per més informació visita

<https://eapruralsudics.wordpress.com>

o

<https://web.gencat.cat/ca/coronavirus>