

Quédese en su casa si está enfermo

Juntos hacemos todo para minimizar la propagación del coronavirus

El nuevo coronavirus puede causar la enfermedad COVID-19, que se asemeja a un resfriado común o una gripe. La mayoría de quienes presentan síntomas no se enferma de gravedad, pero esta enfermedad puede ser peligrosa para las personas mayores y las personas que tienen otras dolencias. COVID-19 se contagia ante todo cuando alguien que tiene la enfermedad tose o estornuda.

Quédese en su casa si está enfermo

Si tiene fiebre, tos, catarro o dolor de garganta quédese en su casa y evite el encuentro con otras personas que no sean aquellas con las que vive. Incluso si solo se siente algo enfermo, debe quedarse en su casa. Quédese en su casa hasta que esté completamente sano y luego quédese dos días más.

En ese momento dejará de contagiar a otros.

Proteger a los mayores y los enfermos graves

Las personas de edad avanzada corren mayor riesgo de enfermarse de gravedad. Lo mismo sucede con las personas que tienen enfermedades severas. Por eso, es importante evitar encontrarse con ellas o visitarlas. En lugar de eso, llámelas por teléfono.

¿Qué puede hacer para no enfermarse?

- Lávese las manos con agua y jabón con frecuencia y cuidadosamente. Utilice alcohol en gel (handsprit) si no tiene agua y jabón.

- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Aléjese de las personas que tienen tos o estornudan y evite estrechar la mano con ellas.

¿Cuándo y dónde debe buscar asistencia médica?

La mayoría de las personas que se enferman de COVID-19 no necesitan asistencia médica, ya que los síntomas suelen desaparecer solos. Llame al 1177 si empeora o tiene problemas para respirar incluso cuando descansa. En ese caso, una enfermera le ayudará con la asistencia correcta en el lugar correcto. ¡Llame siempre al 112 en caso de presentar un estado que ponga en peligro la vida!

El asesoramiento acerca de la asistencia sanitaria por teléfono se ofrece también en los siguientes idiomas:

- Inglés: Llamar al teléfono 1177 las 24 horas del día
- Finés: Llamar al teléfono 1177 los días laborables de 8 a 12
- Árabe: Llamar al teléfono 08-123 130 80 todos los días, de 8 a 22
- Somalí: Llamar al teléfono 08-123 130 90 los días laborables de 8 a 17
- Persa: Llamar al teléfono 08-123 130 87 los días laborables de 8 a 17

Hay más información en 1177.se/stockholm y si desea preguntar algo en general sobre COVID-19, llame al 113 13.