



Charity 1067406

# КОРОНАВИРУС

Reference: [www.doctorsoftheworld.org.uk/coronavirus-information/](http://www.doctorsoftheworld.org.uk/coronavirus-information/)

## Какво да направите ако имате симптоми

Самоизолация: стойте вкъщи за поне **десет дни**



Всеки, който живее с вас или е имал контакт с вас трябва да се самоизолира за **10 дни**

Направете си тест за коронавирус в рамките на първите пет дни от появата на симптомите

Ако живеете с някого **на възраст над 70 години**, човек с **хронично заболяване**, **бременна** жена или човек с **отслабена имунна система**, опитайте да намерите друго място, където той/тя могат да останат за поне **10 дни**

## За да запазите или поръчате онлайн вашият тест



**посетете**

[www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test](http://www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test)



Ако нямате връзка с интернет се **обадете на 119** или **0800 028 2816** за територията на Шотландия

Трябва да предоставите информация за контакт и активен мобилен номер за да получите резултатите от теста чрез текстово съобщение

## Съвети за изолация на домакинства с коронавирус инфекция

Не ходете на работа, до личен лекар, до аптека или до болница



Избягвайте близък контакт с други хора

Не приемайте гости



Мийте ръцете си често



Поръчайте храна и лекарства за доставка



Приемайте парацетамол за да облекчите симптомите



Използвайте отделни мивки или почиствайте след ползване

## КОГА ДА СЕ СВЪРЖЕТЕ С NHS 111?

това е **безплатен номер**

Чувствате се толкова болен/болна, че не можете да правите нищо от обичайните си занимания

Чувствате, че не можете да се справите със симптомите си вкъщи

Чувствате, че симптомите **се влошават**

Можете да намерите преводач на желаният от вас език като отговорите с "yes" на всеки зададен въпрос