



Charity 1067406

CORONAVIRUS

Reference: www.doctorsoftheworld.org.uk/coronavirus-information/



WAS SIE TUN MÜSSEN, WENN SIE SYMPTOME AUFWEISEN



Selbstisolation: bleiben Sie mindestens **10 TAGE**

Alle anderen Personen, die in Ihrem Haushalt leben oder engen Kontakt zu Ihnen hatten, müssen sich für **10 TAGE** in Selbstisolation begeben

DER TEST SOLLTE INNERHALB DER ERSTEN 5 TAGE ERFOLGEN

Wenn Sie mit jemandem zusammenleben, der **70 Jahre oder älter** ist, eine **Langzeiterkrankung** hat, **schwanger** ist oder ein **geschwächtes Immunsystem** hat, versuchen Sie, für diese Person eine andere Bleibe für die nächsten **10 TAGE** zu finden.

UM EINEN TEST ZU BUCHEN

Besuchen Sie

www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test



Falls Sie keinen Internetzugang haben, rufen 119

oder in Schottland 0800 028 2816 an

Sie sollten Ihre Kontaktdaten angeben und ein funktionierendes Handys besitzen, um das Testergebnis zu erhalten.

Isolationsrichtlinien

Gehen Sie nicht zur Arbeit, zur Schule, zu Hausarztpraxen, zur Apotheke oder ins Krankenhaus



Vermeiden Sie engen Kontakt mit anderen Personen



Folgen Sie den Richtlinien in Bezug auf Besuche



Waschen Sie regelmäßig Ihre Hände



Lassen Sie sich Lebensmittel und Medikamente liefern



Nehmen Sie Paracetamol ein, um Ihre Symptome zu lindern



Trinken Sie viel Wasser



Schlafen Sie, wenn möglich, allein



Verwenden Sie separate Einrichtungen oder reinigen Sie diese zwischen den Anwendungen



Wann sollten Sie NHS 111 kontaktieren?

DIES IST EINE KOSTENLOSE RUFNUMMER

Sie **sich so krank fühlen**, dass Sie nichts tun können, was Sie normalerweise tun würden

Sie das Gefühl haben, **dass Sie mit Ihren Symptomen zu Hause nicht fertig werden können**

Ihr Zustand **sich verschlechtert**

Sie können einen Dolmetscher in Ihrer Sprache erhalten, wenn Sie immer wieder "Yes" auf alle Fragen antworten