



Charity 1057406

# CORONAVIRUS

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

## COSA FACCIO SE HO DEI SINTOMI?

Auto isolamento: rimani in casa per almeno **10 GIORNI**



Chiunque della tua famiglia che abbia sintomi o che abbia avuto uno stretto contatto con qualcun altro deve seguire l'auto isolamento per **10 GIORNI**

**FAI UN TEST PER IL CORONAVIRUS ENTRO I PRIMI CINQUE GIORNI DALL'INIZIO DEI SINTOMI**

Se vivi con qualcuno di età pari o **superiore ai 70 anni**, o con qualcuno che ha **patologie pregresse**, oppure con una persona incinta o con un **sistema immunitario debole**, cerca di trovare per loro una sistemazione per **10 GIORNI**

## PER PRENOTARE UN TESTO



**Vai su**

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



Se non puoi andare su Internet  
**CHIAMA IL 119**  
oppure lo **0800 028 2816**  
in Scozia

Per ottenere i risultati via SMS dovresti avere un cellulare attivo e fornire il tuo contatto telefonico

## CONSIGLI PER LE FAMIGLIE CHE DEVONO RESTARE A CASA

Non andare a lavoro, a scuola, nell'ambulatorio medico, in farmacia o in ospedale



Evita il contatto ravvicinato con altre persone

Segui le linee guida per quanto riguarda le visite in casa



Lavati spesso le mani



Ricevi cibo e medicinali a domicilio



Assumi paracetamolo per alleviare i sintomi



Bevi molta acqua



Dormi da solo, se possibile



Utilizza servizi igienici separati o pulisci dopo ogni utilizzo

## QUANDO DEVO CONTATTARE IL SERVIZIO NHS 111?

**PUOI CHIAMARE IL NUMERO GRATUITO 111**

Ti senti così **debitato** che non puoi più fare le cose che facevi prima

Senti di **non riuscire a gestire** i tuoi sintomi a casa

Le tue condizioni **peggiorano**

Puoi ricevere un interprete per la tua lingua rispondendo "sì" a tutte le domande