



Charity 1067406

# KORONAVIRUS

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



## WAT MOET U DOEN AS U SIMPTOME HET?

Sonder u af: bly vir ten minste **10 DAE** by die huis.



Enigiemand anders in u huishouding of mense met wie u nabye kontak gehad het, moet ook vir **10 DAE** hulself afsonder.

Indien u by iemand woon wat **70 jaar of ouer is**, 'n **langtermyn**toestand het, **swanger** is of 'n **verswakte immuunstelsel** het, probeer om hulle vir **10 DAE** lank iewers anders te laat woon.

LAAT 'N TOETS DOEN VIR KORONAVIRUS BINNE DIE **EERSTE VYF DAE** NADAT U SIMPTOME BEGIN HET

## OM 'N AFSPRAAK VIR 'N TOETS TE MAAK



**Besoek**

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



Indien u nie internettoegang het nie

**BEL 119**

of **0800 028 2816** in Skotland

U sal u **kontakinligting** moet gee, en u het 'n **werkende selfoon** nodig sodat u die toetsresultate per SMS kan ontvang.

## RIGLYNE OOR AFSONDERING

Moenie werk toe of skool toe gaan, u huisarts se spreekkamer besoek, apteek toe of hospitaal toe gaan nie



Neem paracetamol om met u simptome te help



Vermy nabye kontak met ander mense



Was u hande gereeld



Volg die riglyne vir besoekers



Laat kos en medisyne by u aflewer



Gebruik afsonderlike geriewe, of maak dit skoon elke keer ná gebruik

## WANNEER MOET U NHS 111 KONTAK?

DIT IS 'N **GRATIS** **NOMMER**

As u **so siek voel** dat u die dinge wat u gewoonlik sou doen nie meer kan doen nie

As u nie dink dat u u simptome by die huis sal kan hanteer nie

As u toestand **erger word**

U kan 'n tolk in u taal kry deur bloot herhaaldelik "yes" (ja) op alle vrae te beantwoord