Latest update: 21/08/20

Charity 1067406

CORONAVIRUS

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

COVID-19 INFOGRAPHICS

Apa yang harus dilakukan jika Anda mengalami gejala-gejala?

Isolasi-mandiri: tetaplah berada di dalam rumah setidaknya **10 HARI**

Siapa pun di dalam keluarga Anda atau siapa saja yang kontak jarak dekat dengan Anda harus isolasi-mandiri selama **10 HARI**

Jika Anda hidup bersama seseorang berumur lebih dari 70 tahun, memiliki kondisi jangka panjang, sedang hamil atau memiliki sistem kekebalan yang rendah, cobalah mencari tempat lain untuk menjadi tempat tinggal mereka selama **10 HARI**

Lakukan tes virus corona **dalam kurun lima hari pertama** sejak mengalami gejala-gejala:

UNTUK MENDAFTAR MENDAPATKAN TES

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

Jika Anda tidak memiliki akses daring **Hubungi 119** atau 0800 028 2816 untuk wilayah Skotlandia

Anda harus memberikan detail kontak Anda dan memiliki telepon seluler aktif untuk menerima hasil tes dalam bentuk pesan teks.

Pedoman isolasi

Jangan pergi ke tempat kerja, sekolah, praktik dokter umum, apotek, atau rumah sakit

Hindari kontak jarak dekat dengan orang lain

Ikuti panduan penerimaan tamu

Cuci tangan secara teratur

Minta agar makanan dan obat-obatan diantar ke rumah Anda

Minum parasetamol untuk membantu mengatasi gejala-gejala yang Anda alami

Minum banyak air

Tidur sendirian, bila memungkinkan

Gunakan fasilitas terpisah, atau bersihkan setiap kali digunakan

Kapan harus menghubungi NHS 111?

Ini adalah nomor panggilan tidak berbayar

Bila Anda merasa sangat sakit hingga Anda tidak dapat melakukan apa pun yang biasanya dapat Anda lakukan

Bila Anda merasa tidak bisa mengatasi gejala-gejala tersebut di rumah

Bila kondisi Anda semakin buruk

Anda bisa mendapatkan alih bahasa untuk bahasa Anda dengan secara terus menerus menjawab "ya" pada semua pertanyaan.