



CORONAVIRUS DISEASE 2019 (COVID-19)

WHAT YOU SHOULD KNOW



Public Health
June 2020

[f](#) [t](#) @DurhamHealthNC

Durham County COVID-19 Hotline: 919-635-8150 | dcopublichealth.org/covid19 | NCDHHS.gov

COVID-19 is a contagious illness that affects people of *all ages*.

Although anyone may become ill with COVID-19, the following people are at **high risk** for *serious* illness or death from COVID-19:

- People over age 65
- People who have weakened immune systems
- People who have:
 - Chronic lung disease or asthma
 - Serious heart conditions
 - Severe obesity
 - Diabetes
 - Chronic kidney disease & undergoing dialysis
 - Liver disease

Protect yourself from COVID-19



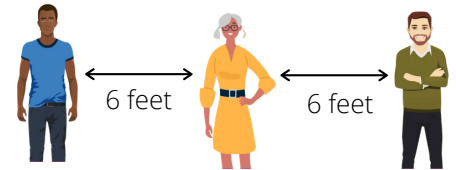
Stay home

Wash your hands with soap & water for at least 20 seconds each time.



Wear a cloth face mask or covering when you have to go out.

Stay at least 6 feet from others.



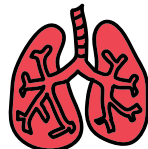
SYMPTOMS



COUGH



FEVER OR CHILLS



SHORTNESS OF BREATH



TIREDFNESS



HEADACHE



SORE THROAT



MUSCLE/ BODY ACHES



LOSS OF SMELL OR TASTE



NAUSEA OR VOMITING

WHAT TO DO IF YOU FEEL SICK

STAY HOME

And while you're home, try to stay away from your family or other roommates.

CALL FOR ADVICE

Call your medical provider to ask for guidance. If you do not have a medical provider, call the COVID hotlines. Durham County: 919-635-8150. NC: 2-1-1.

LEARN MORE ABOUT TESTING

Some testing sites require a referral from a medical provider. Others do not. Find testing sites & more info at dcopublichealth.org/COVIDtesting.

IF YOU HAVE COVID-19...

STAY HOME! Staying home and away from others is critical for stopping the spread of COVID-19. Follow directions from the health department or your doctor for recovery and returning to work.

These are not all the symptoms of COVID-19. If you are not feeling well, call your doctor for guidance. If someone is having trouble breathing, has blue or gray lips or face, or can't be woken up, **call 911**.



ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS 2019 (COVID-19)

QUÉ DEBE SABER



Public Health
June 2020

[f](#) [t](#) @DurhamHealthNC

Línea directa del Condado de Durham: 919-635-8150 | dcopublichealth.org/covidespanol | NCDHHS.gov

COVID-19 es una enfermedad contagiosa que afecta a personas de todas las edades.

Aunque cualquier persona puede enfermarse con COVID-19, las siguientes personas están en **alto riesgo** para enfermar graves o la muerte por COVID-19:

- Personas mayores de 65 años
- Personas con su sistema inmunitario deprimido
- Personas que tienen:
 - Enfermedad pulmonar crónica o asma moderada a grave
 - Afecciones cardíacas graves
 - Obesidad grave
 - Diabetes
 - Enfermedad renal crónica en tratamiento de diálisis
 - Enfermedad hepática

Protegerse del COVID-19



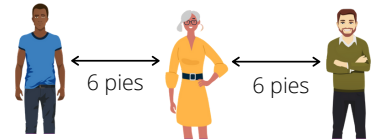
Quédese en casa

Lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos cada vez.



Use una cubierta de tela para la cara mientras está fuera

Manténgase al menos a 6 pies de distancia de los demás cuando salga de casa.



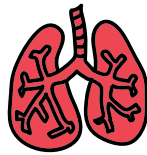
SÍNTOMAS



TOS



FIEBRE O ESCALOFRÍOS



DIFICULTAD DE RESPIRAR



FATIGA



DOLOR DE CABEZA



DOLOR DE GARGANTA



DOLORES MUSCULARES Y CORPORALES



PÉRDIDA RECIENTE DEL OLFATO O EL GUSTO



NÁUSEAS O VÓMITOS

QUÉ HACER SI SE SIENTE ENFERMO

QUÉDESE EN CASA

Y mientras está en casa, trate de mantenerse alejado de su familia u otros compañeros de cuarto

LLAME A SU MÉDICO

Llame a su proveedor médico para pedir consejos. Si no tiene un proveedor médico, llame a las líneas directas de COVID.

Condado de Durham: 919-635-8150. NC: 2-1-1

APRENDE MÁS SOBRE LAS PRUEBAS

Algunos lugares de prueba requieren una referencia de un proveedor médico. Otros no. Encuentre sitios de pruebas y más información en dcopublichealth.org/COVIDtesting.

SI TIENE COVID-19...

¡Quédese en casa! Quedarse en casa y lejos de los demás es fundamental para detener la propagación de COVID-19. Siga las instrucciones del departamento de salud o de su médico para su recuperación y su regreso al trabajo.

Estos no son todos los síntomas de COVID-19. Si no se siente bien, llame a su médico para obtener orientación. Si alguien tiene problemas para respirar, tiene labios o cara azules o gris, o no se puede despertar, **llame al 911**.