

Página 2 para Español

صفحة 3 للغة العربية

COVID-19 Patient Update from Siloam Health

What to Do if You are Sick

If you have symptoms including fever, cough, shortness of breath, or body aches OR are concerned that you have been exposed to coronavirus, do the following:

1. Call the Siloam Health nurse line at **615-298-5406X124**
2. Do not proceed directly to Siloam or a medical care office without contacting them first. *Unless you are experiencing difficulty breathing.*
3. As always, if you are having severe breathing trouble, call 911.
4. If you are directed to come to Siloam or a health care office, bring someone with you who speaks English if possible.
5. When you reach the office, remain in the car and ask your attendant to go inside for further instruction.
6. To learn more about what to do if you are sick, visit the CDC website by clicking [HERE](#).

Steps to Prevent Illness

To keep you safe and protected from coronavirus infection, do the following:

1. Always cover your nose and mouth with tissue and dispose of tissue after any coughing or sneezing. If you don't have a tissue, use your elbow.
 2. Always wash your hands with soap and water for 20 seconds after coughing or sneezing or after touching objects that have come in contact with others coughing or sneezing.
 3. Use alcohol-based hand sanitizer if soap and water are not available.
 4. Avoid travel abroad, if possible. If traveling, view guidelines and risks from the Center for Disease Control (CDC) and talk to your airline.
 5. To learn more about how you can prevent illness, visit the CDC website by clicking [HERE](#).
-

COVID-19 Actualización para pacientes de Siloam Health

Qué hacer si estás enfermo

Si tiene síntomas que incluyen fiebre, tos, dificultad para respirar o dolor corporal o le preocupa que haya estado expuesto al coronavirus, haga lo siguiente:

1. Llame a la línea de enfermería de Siloam Health al **615-298-5406X119**
2. No venga directamente a Siloam o una oficina de atención médica sin contactarlos primero, a menos que tenga dificultades para respirar.
3. Como siempre, si tiene problemas respiratorios graves, llame al 911.
4. Si se le indica que vaya a Siloam o a una oficina de atención médica, traiga a alguien que hable inglés, si es posible.
5. Cuando llegue a la oficina, permanezca en el automóvil y pídale a su asistente que entre para recibir más instrucciones.
6. Para obtener más información sobre qué hacer si está enfermo, visite el sitio web de los CDC haciendo clic [AQUÍ](#).

Pasos para prevenir enfermedades

Para mantenerse a salvo y protegido de la infección por coronavirus, haga lo siguiente:

1. Siempre cubra su nariz y boca con pañuelos desechables y deséchelos después de toser o estornudar. Si no tiene un pañuelo, use su codo.
 2. Lávese siempre las manos con agua y jabón durante 20 segundos después de toser o estornudar o después de tocar objetos que hayan estado en contacto con otras personas que hayan tosido o estornudado.
 3. Use desinfectante para manos a base de alcohol si no hay agua y jabón disponibles.
 4. Evite viajar al extranjero, si es posible. Si viaja, consulte las pautas y los riesgos del Centro para el Control de Enfermedades (CDC) y hable con su aerolínea.
 5. Para obtener más información sobre cómo puede prevenir enfermedades, visite el sitio web de los CDC haciendo clic [AQUÍ](#).
-

COVID-19 إخطار للمريض من عيادة سيلوام

*ماذا تفعل إذا كنت مريضاً

إذا كانت لديك أعراض تشمل الحمى أو السعال أو ضيق التنفس أو آلام في الجسم أو تشعر بالقلق من تعرضك لفيروس كورونا ، فقم بما يلي

اتصل بخط ممرضة سلوام على الرقم

615-298-5406X150

لا تتوجه مباشرة إلى سلوام أو إلى مكتب رعاية طبية دون الاتصال بهم أولاً. إذا كنت تواجه صعوبة في التنفس

كما هو الحال دائماً ، إذا كنت تعاني من مشاكل شديدة في التنفس ، فاتصل برقم 911

إذا تم توجيهك للمجيء إلى سلوام أو أحد مكاتب الرعاية الصحية ، فعليك إحضار شخص معك يتحدث الإنجليزية إن أمكن

عند وصولك إلى العيادة ، ابق في السيارة واطلب من مساعدك الذهاب إلى الداخل للحصول على مزيد من التعليمات

لمعرفة المزيد حول ما يجب فعله إذا كنت مريضاً ، قم بزيارة موقع مركز السيطرة على الأمراض

[بالضغط هنا](#)

*خطوات للوقاية من المرض

للحفاظ على سلامتك وحمایتك من الإصابة بفيروس كورونا قم بما يلي :

قم دائماً بتغطية أنفك وفمك بالمناديل وتخلص من المناديل بعد أي سعال أو عطس. إذا لم يكن لديك منديل ، استخدم مرفقك

اغسل يديك دائماً بالماء والصابون لمدة ٢٠ ثانية بعد السعال أو العطس أو بعد لمس الأشياء التي لامست السعال أو العطس

استخدم معقم اليدين الكحولي في حالة عدم توفر الماء والصابون

تجنب السفر للخارج إن أمكن. إذا كنت مسافراً ، فراجع الإرشادات والمخاطر من مركز

السيطرة على الأمراض وتحدث إلى شركة الطيران الخاصة بك

لمعرفة المزيد حول كيفية الوقاية من المرض ، على ويب بزيارة موقع مركز السيطرة على

الأمراض عن طريق النقر [هنا](#)