



Ki sintomas y komplikasons ki COVID-19 ten?

Sintomas reportadu pa passientis ku COVID-19 ta inklui duensa respiratoriu, entri lijeru y gravi, ku feбри, tossi y difikuldadi pa respira, y tanbé perda di kapassidadi di sinti txeru o gostu. Konsulta [Guia di DPH Sobri COVID-19](#) y lê [Guia di CDC](#).

Modi ki COVID-19 ta spadja?

Virus ta spadja prinsipalmenti pa **gotikulas** di respirason ki ta spadja atraves di atividadis sima tosse, spirra, papia y kanta.

Virus ki ta kauza COVID-19 ta [transmiti di pessoa pa pessoa](#). Un pessoa ki stiver duenti ku COVID-19 pode spadja duensa pa otus pessoas até mesmu 48 ora antis di el sinti sintomas. É pur issu ki ten grandi inportansia pa fazedu distansiamentu sossial. CDC ta rekomenda pa pessoas ki ten sintomas, o ki foi diagnostikadu ku COVID-19, pa fika izoladu na ospital o na kaza (dependendu di gravidadi di ses duensa) ti ki es fika midjor y dja ka ten mas risku di es infeta otus pessoas.

Pessoas ta tiradu di izolamentu ora ki dja es ka pode passa virus pa otus pessoas. Maior parti di pessoas ta tiradu di izolamentu kandu es kunpri tudu kes rekizitus li:

- Passienti sta livri di feбри sen toma ramedí pa baxa feбри.
- Sintomas di passienti (sima tossi, falta di ar) dja midjora.
- Dja tiver passadu pelu menus 10 dias desdi primeru dia ki sintomas kumessa, o di dia ki el faze testi ki da pozitivu, ta kontadu di kel ki kontisse primeru.
- Sertus pessoas ki tene sistema imuni (di defeza di korpu) fraku ku duensa gravi, es ta meste izolamentu mas prolongadu

Ten tratamentu pa el?

Ten várius tratamentus di antikorus monoklonal pa passientis di altu risku na fazi inisial di COVID-19, suavi-pa-moderadu. Pessoas di altu risku pa panha COVID-19 ki ten testi pozitivu debe kontata ses dotor pa determina tratamentus ki pode ser indikadu.

Ten vassina pa el?

Sin. Pa informason atualizadu mas resenti sobri chegada di vassinas pa COVID-19 na Massachusetts, pur favor vizita [Informason Vassina COVID-19 Massachusetts](#).

Pamodi ki kazus di COVID-19 na Massachusetts ta reportadu na nivel di sidadi?

Devidu a sforsus na faze mas testis, nu sabe ki tudu komunidadadi na Massachusetts dja sinti ifeitu di coronavirus y é inportanti pa dadus di informason pa kada munissipiu sta disponivel pa stadu interu.

Pa norma ki ta kunpridu na saúdi publiku, nu ka ta revela kuantidadi di kazus pozitivus si tiver menus di sinku kazus na un populason di 50,000 pessoas, o menus, pa proteson di privassidadi di kada un.

Kapassidadi di izamina virus pa se ifeitu na sertus sidadis, grandis y pikenus, ta djudanu identifika possiveis fokus txomadu “hot spots”, informa sobri resposta di saúdi publiku, djuda sidadis na ses sforsu pa branda kontajiu di duensa y djuda stadu distribui rekursus di manera adekuadu. Bu pode odja [Painel Interativu pa COVID-19](#) di stadu, pa odja mas dadus na nivel di sidadi y di stadu.

N debe faze testi?

Bu debe faze testi si bu sinti sintomas di COVID-19, mesmu ki for lijeru, o si bu ka sta vassinadu y bu tiver kontatu di pertu ku un pessoa ki tevi testi pozitivu pa COVID-19. Tanbé ta konsedjadu pa bu faze testi si bu ka sta vassinadu y bu viaja ressentimenti pa fora di Massachusetts.

Vizita <https://www.mass.gov/GetTested> pa sabe sobri testi pa COVID-19 na Massachusetts.

Pa informason detalhadu (ben splikadu), vizita *webpage* di CDC na interneti: [Testi pa COVID-19](#)

Bu pode tanbé txoma pa 2-1-1, ki é un linha di assistensia di stadu abertu 24 ora.

Unde ki N pode faze testi pa COVID-19?

Vizita mass.gov/CovidTestSearch pa bu atxa lugaris di testi pertu di bu kaza.

Pa mas detalhis sobri testi na Massachusetts, pur favor vizita [Sobri Testi pa COVID-19](#).

Kuzé ki N debe faze si algun pessoa na nka kaza stiver na kuarentena?

Si un pessoa na bu kaza for identifikadu pa faze kuarentena:

- Determina un kuartu (y un kuartu di banhu si for possivel) só pa uzu di pessoa na kuarentena.
- Pessoa na kuarentena ka debe sai di kaza pa nada, só pa tratamentu di saúdi urjenti. Si el meste tratamentu urjenti, el debe uza un maskra sirurjiku durante tenpu ki el stiver fora di kaza. El ka pode toma autokarru, metru o karrus alugadus sima Uber o Lyft. Uza karru particular o txoma ambulansia pa bai na kabu di doktor. Y txoma doktor artis di bai la pa es sta preparadu.
- Tudu pessoas di familia debe kunpri regras rigorozu di ijieni pessoal. Ker dizer, es debe laba mon txeu bes ku agua y sabon. Ora ki es tosse o spirra, uza un lensu di papel tudu bes y laba mon dipos.
- Ka bu uza pratus, kopus o talher pa kume, ki otus pessoas ta uza. Laba tudu kes artigus na mákina di laba lossa o ku deterjenti likidu y agu mornu.
- Linpa tudu ora, ku un dezinfetanti pa kaza, tudu kuzas ki ta uzadu txeu – prinsipalmenti si es tevi kontatu ku likidus di korpu sima kuspi/kuspinhu, muku/katarru, urina, fezis/obra o vomitu.
- Ka bu ressebe visitas na bu kaza.

Si kes otus menbrus di familia na kaza ka tiver tidu kontatu ku un kazu konfirmadu y es ka stiver ta faze kuarentena pamodi es viaja ten poku tenpu, es ka meste faze kuarentena gossi. Mas tudu algen di kaza ten ki kunpri regras di ijieni pessual rigorozu na kaza y mante distansiamentu sossial maximu possivel di kel pessoa na kuarentena. Tudu pessoas di kaza debe fika sienti di ses propi saúdi y txoma ses dotor si es sinti algun sintoma ki ta sujeri COVID-19 (sima, feбри, tossi, falta di ar). Si pessoa na kuarentena bira un kazu konfirmadu, tudu kes otus pessoas di kaza ta ser identifikadu kuma kontatus di pertu y es ten ki faze kuarentena a partir di kel altura.

Pessoas ki sta kompletamenti vassinadu ka ten obrigason di faze kuarentena dipos di ten kontatu ku otu pessoa ki tene COVID-19.

N debe uza maskra kandu N stiver na meu di publiku?

Tudu rezidentis ki ka stiver vassinadu ta konsedjadu pa uza maskra dentu di resintus fitxadu y senpri ki es ka pode mante distansiamentu sossial. Maskras ta kontinua ta ser obrigatóriu pa tudu algén, tantu pa pessoas ki ka sta vassinadu kuma pa kes ki sta vassinadu, duranti tudu tenpu ki es stiver na kes lugaris li:

- Na transporti públiku y privadu y tanbé na sentrus di transporti sima stasson di autokarru, di konboiu/tren y na aeroportus
- Na tudu skolas (K-12) y na programas ki ta toma konta di kriansas
- Na instituisons ki ta presta servissus di saúdi y na konsultóriu di dotor
- Na lugaris di tratamentu struturadu txomadu *congregate care*

Pa mas detalhis sobri kandu ki ta mestedu uza maskra, djobe na: www.mass.gov/MaskUpMA

N ten dúvida sobri viaja?

Na Massachusetts, si bu stiver kompletamenti vassinadu, dja bu pode faze actividadis ki bu ta fazeba antis di pandemia. Pessoas kompletamenti vassinadus pode volta faze actividadis sem uza maskra o faze distansiamentu di otus pessoas, a non ser ki for obrigatóriu pa lei, regras o regulamentus, federal, di stadu, lokal, tribal o territorial, inkluindu guia di regulamentu na lokal di trabadju o di negóssiu . Si inda bu ka sta vassinadu, vizita vaxfinder.mass.gov.

Pa rekomendasons relassionadu ku viaji, favor di konsulta [CDC pa informason y rekomendasons](#)

Y si N stiver gravida?

Guia di CDC pa [Pessoas ki sta Gravida, ta Amamenta mininu o ta Kuida di Kriansas pikenu](#), inkluindu rekursus sobri manera di proteje bu kabessa y bu familia di COVID-19.

Y si N stiver ku ansiadadi o stressi?

Massachusetts Department of Mental Health (departamentu di saúdi mental) ten rekursus y ideias pa [Manutenson di Saúdi Eמושional & Ben-Estar Duranti Surtu di COVID-19](#).

Massachusetts Department of Public Health (departamentu di saúdi publiku) tanbé ten rekursus pa kontrolu di stressi, ansiadadi y otus emossons forti:

- Ingles: [COVID-19 Wellness Tips and Resources](#)

- Spanhol: [Consejos y recursos para su bienestar COVID-19](#)

[Disaster Distress Helpline](#) 1-800-985-5990, é un linha nassional abertu 24 ora, 7 dia pa semana, 365 dias pa anu, dedikadu pa da ajuda imediatu di konsedju na krizi pa pessoas ki sta passa pa un situason di sofrimentu relassionadu ku kualker dizastru natural o kauzadu pa pessoas, inkluidu surtus di duensas sima COVID-19. Es servissu di apoiu na krizi, di grassa, na txeu lingua y konfidensial, sta disponivel pa tudu rezidentis di Stadius Unidus y se territorius.

Ki rekursus ki ten pa mi si N stiver ta lida ku assuntus relassionadu ku abuzu sexual o violencia domestiku nes momentu?

Ten ajuda y apoiu disponivel pa bo. Ten txeu servissus pa pessoas ki sta passa pa situason di violencia domestiku y sexual ki sta disponivel pa via remotu duranti es imerjensia di saúdi publiku pamodi COVID-19. Vizita [Programa di Violensia Domestiku](#) y pájina di [Servissus di Prevenson y pa Sobreviventis di Ataki Sexual](#) pa sabe mas informason.

Kuzé ki profissionais di saúdi y departamentus di saúdi debe faze?

Es *website* di DPH ten txeu dokumentus di orientason kriadu propi pa uzu di sertus grupus di klinikus, instituisons di kuidadus di longu prazu, skolas, profissionais di resposta na imerjensia y otus. Vizita [COVID-19 Guia y Instruson](#). Si bu tiver perguntas partikular, bu pode kontata *DPH Bureau of Infectious Disease and Laboratory Sciences* (gabineti di duensas infesiozas y laboratoriu di siensia), abertu 24 ora, 7 dia na semana, pa telefoni (617) 983-6800.

Mas rekomendasons y orientason sobri kontrolu di infeson, inkluidu guia di ekipamentu di proteson pessual; kuidadu na kaza y izolamentu; y investigason di kazu, ta atxadu na *website* di CDC: [Informason pa Profissionais di Kuidadus di Saúdi](#). Pa informason sobri koleta y enviu di amostra pa analizi, djobe na [Informason pa Laboratorius](#). Pa informason pa profissionais di saúdi publiku sobri COVID-19, djobe na [Informason pa Profissionais di Kuidadus di Saúdi](#).