

# Koronavīruss COVID-19



Coronavirus  
**COVID-19**  
Public Health  
Advice

## Paliec mājās! Esi drošībā! Pasargā sevi un citus!

**Zini simptomus! Ja esi saslimis, pašizolējies un sazinies ar savu ģimenes ārstu.**

**Turpini:**



### **Mazgāt**

rūpīgi un bieži savas rokas, lai izvairītos no inficēšanās.



### **Piesedz**

savu muti un degunu ar salveti vai piedurkni klepojot vai šķaudot un izmet izmantoto salveti.



### **Samazini**

kontaktus ar citiem, kad atrodies ārpus mājām. Ieturī distanci vismaz 2 metru (6 pēdu) attālumā.



### **Distancējies**

atrodies vismaz 2 metru (6 pēdu) attālumā no citām personām, īpaši tām, kurām varētu būt slikta pašsajūta.

## **COVID-19 simptomi**

- > drudzis (augsta temperatūra – 38 grādi pēc Celsija vai augstāka)
- > klepus – tas var būt jebkura veida klepus, ne tikai sauss
- > elpas trūkums vai apgrūtināta elpošana

## **#holdfirm**

Lai iegūtu aktuālo faktisko informāciju, apmeklē vietni **HSE.ie**