

[Hospital Name Here]

COVID-19에 감염되었을 경우 어떻게 하나

출근하지 마십시오!
의사확인서 대신 이 안내문을
보내십시오



COVID-19 검사에서 양성 판정을 받았을 경우, 최소 10일 이상, 증상이 없어질 때까지 자가격리를 해야 합니다.

대부분의 경우, 몸이 아프며(독감처럼) 잘 회복됩니다. 중병이 나는 경우는 드뭅니다.

집에 머무르면 생명을 구할 수 있습니다. 우리 몸이 다시 정상으로 느껴질 때까지는 몇 주 걸릴 수 있습니다.

병세 호전을
촉진하는
방법



액체를
섭취하십시오



목아픔에는
연한 음식을
드시고
(수프/스무디)



하루에 몇 번
심호흡을 6회
하십시오



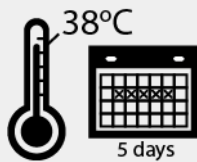
코가 막혔을 경우,
잘 때 머리를 높게
하십시오



안전하게 복용할 수
있는 약

아세트아미노펜(타이레놀):
(성인) 6시간마다
325mg 알약 2알
또는
500mg 알약 2알을 복용하십시오
이부프로펜(애드빌):
(성인) 6시간마다
200mg 알약 2알
또는
400mg 알약 1알을 복용하십시오

병세가
악화하면
어떻게
하나?



38°C 이상의 열이
5일간 지속되거나,



걷기만 해도
숨이 차거나,



몸이 너무 아파서
일어나지도, TV를
보지도 못할 경우,



전화

[Telehealth
1-866-797-0000]

추가 자료:

Public Health Ontario COVID-19
<https://bit.ly/covidphontario>

