

# Para sa mga nagkaroon ng malapitang kontak (close contact) sa pasyenteng may COVID-19

## Paano ba masasabing nagkaroon ka ng malapitang kontak?

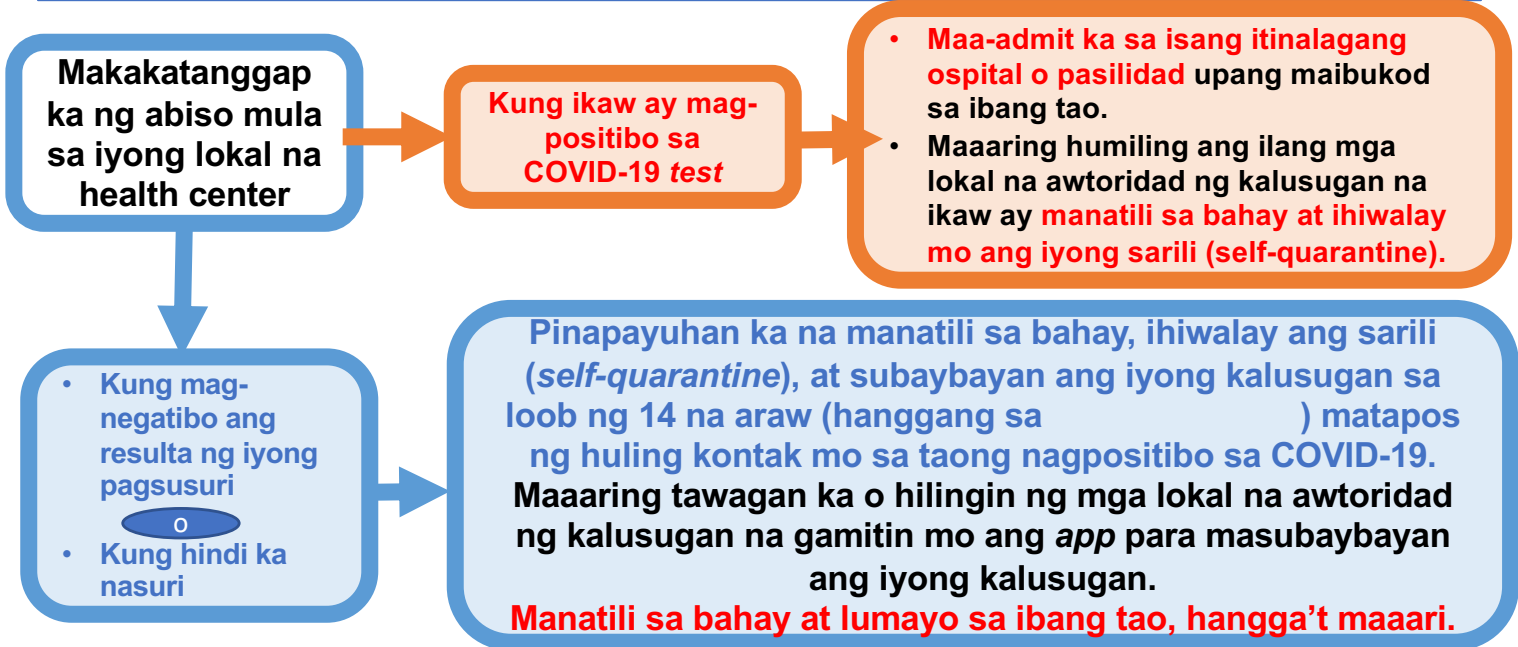
1. May kasamahan ka sa bahay na nagkaroon ng COVID-19.
2. Nakasama mo sa loob ng isang (1) metro ang isang taong may COVID-19 sa kabuuan ng limampung (15) minuto o higit pa.

**Kung maituturing ka na 'close contact', makikipag-uganayan saiyong ang iyong lokal na health center.**



## Anong mangyayari kung ikaw ay naging 'close contact'

Maaring nahawa ka na ng virus. Hihilingin ng iyong lokal na health center na ikaw ay magpasuri (test) at susubaybayan nila ang iyong kalusugan.



- Suriin at itala ang iyong temperatura ng dalawang beses sa isang araw: tuwing umaga at gabi. **Kung ang temperatura mo ay 37.5C o mas mataas pa, magkalagnat, magkaroon ng ubo, sipon, pamamaga ng lalamunan, hirap sa paghinga, o kung mawalan ka ng panlasa at/o ng pang-amoy, makipagugnayan agad sa iyong lokal na health center.**
- Manatili sa bahay, ihiwalay ang sarili, at iwasan ang makibahagi sa ispasyo at bagay kasama ang ibang mga kasapi ng iyong sambahayan hangga't maaari.
- Sundin ang walong puntos (8 tips) kapag nakabukod mag-isa sa bahay (self-isolation).



## Para sa mga katanungan at alalahanin, makipag-ugnayan lamang sa iyong lokal na health center.



(contact information)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Kung kinakailangan mo kumunsulta sa iyong doktor o *healthcare provider*, siguraduhing tawagan mo muna sila at ipaalam na ikaw ay nagkaroon ng malapitang kontak (close contact) sa isang pasyenteng may COVID-19. Mangyaring iwasan mo muna gumamit ng pampublikong transportasyon.