

집에서 할 수 있는 COVID-19 증상 관리 방법 10가지 | COVID-19 |

COVID-19 의심 증상이 있거나 확진을 받은 경우:

1. 진료를 받기 위해 외출하는 것을 제외하고는 집에 머무세요.



6. 기침과 재채기를 할 때는 휴지나 팔꿈치 안쪽으로 가리고 하세요.



2. 자신의 증상을 주의 깊게 관찰하세요. 증상이 악화되면, 즉시 의료기관에 전화합니다.



7. 손을 자주 씻으세요. 비누와 물을 사용하여 손을 20초 이상 씻거나, 알코올 함량 60% 이상의 위생 손 소독제를 사용하여 손을 청결히 하세요.



3. 휴식을 취하고 수분을 많이 섭취하세요.



8. 가능하면 정해진 방에 머무르고 집안의 다른 사람들과 떨어져 있어야 합니다. 또한 가능하면 별도의 화장실을 사용해야 합니다. 집 안이나 밖에서 다른 사람 근처에 있게 되는 경우 마스크를 착용하세요.



4. 진료 예약이 있는 경우, 미리 의료기관에 전화하여 COVID-19에 감염되었거나 감염 가능성이 있다고 알려주세요.



9. 집에서 식기, 수건, 침구 등 개인용품을 다른 사람과 함께 사용하지 마세요.



5. 의학적 응급 상황이 발생한 경우, 911에 전화하시고 COVID-19에 감염되었거나 감염되었을 가능성이 있음을 출동 직원에게 알려주세요.



10. 카운터, 탁자 위, 문 손잡이 등 자주 만지는 표면을 모두 청소하세요. 라벨에 표시된 지침에 따라 청소용 스프레이나 청소포를 사용하세요.



[cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)